



ほけんだより

2021年 2月 りすのき保育園 NO.14

梅は、厳しい寒さの後、春の訪れを告げる花です。梅の花のように、寒さを乗り越えて元気に春を迎えたいですね。

適度に体を動かし、食事をしっかり食べ、たっぷりと睡眠をとり、元気に乗り切りましょう。

今月の予定

0歳児健診 8日(月) くるみの部屋

午後2時頃から、大池先生に診察していただきます。

身体測定 17日(水) 全園児

体の話 25日(木) 耳の役割と仕組み

こりす展について

新型コロナ感染症予防対策の中、保育園では園児たちはどのように生活しているのでしょうか。きっと、保護者の方々も気になっていることと思います。写真でご覧いただけるように準備しています。一日でも早く コロナが収束する事をお祈りいたします。

健康情報

今月は突発性発疹が1名乳児の部屋で発症しましたが、拡がりはありません。その他の病気の発症はありませんでした。

花粉も飛び始め、鼻水・咳の症状が、風邪なのか、花粉症なのかわかりづらいことがあります。新型コロナウイルス感染症の症状も似ていることから、色々と心配になることもあると思います。

お知らせにもありましたが、登園が心配な時は自宅で様子をみていただくようお願いいたします。症状がいつもと違って心配な時は、医師の診察を受けましょう。また、登園について迷っている時は、ご確認ください。

どうぞ、体調に気を付けてお過ごしください。

花粉が飛び始めたようです。

鼻水・鼻づまり・咳・目の充血の症状が気になる方は、早めに医師に相談しましょう。

花粉症	セルフチェック表	かぜ
何度も出る	くしゃみ	ときどきある
さらっとしている	鼻水	だんだん粘り気が強くなる
かゆみが出ることもある	目	症状はほとんどない
ほとんどない	せき	よくある

鼻水・咳の症状は、インフルエンザや新型コロナウイルス、風邪などの症状にもみられるので、心配になりますね。薬で症状を抑えることができるのであれば、症状が発症する前に、医師の診察を受ける事をお勧めいたします。

赤くてヒリヒリ 舌なめ皮膚炎に注意

子どもがついくちびるをなめてしまう…口のまわりが赤くなり、ヒリヒリ痛い「舌なめ皮膚炎」になっていませんか？ 早く治すために、こんなことをしてあげてください

マスクをつける

口のまわりの湿度が増すので、かゆみが軽くなりなめる回数を減らせます。



薬は入眠後に

リップクリームや薬はすぐになめてしまうので、眠っている間に塗ってあげてください。



ほかの原因に注意

乾燥以外にもなめてしまう理由があるかもしれません。食べ物や歯磨き粉がついたままになっていないか、よく見てあげてください。



この時期は、手の甲などはあかぎれ、口唇には上記のような症状はよく見られます。ご家庭ではハンドクリームやリップクリームを塗ってひどくならないようにしていることと思います。

園では、ワセリンを手の甲や鼻の下に塗るなどの一時的な応急処置はおこなって様子をみています。

軟膏などの処置は、入浴後が一番効果的とのことですので、お試しください。

2月も元気に過ごせますように

参考文献

日本学校保健研修社 「健」 より