



ほけんだより



令和6年5月

社会福祉法人 溫和会

保育園

看護師 濱具知雅美

子どもたちも新しい環境に慣れ、晴れた日には園庭から元気な子どもたちの楽しい声おきこえてきます。このほけんだよりにたくさん書いてほしいです。連休に入り前より新年度の感染症からか、発熱やインフルエンザなど感染症に感染している園児もみられます。無理をさせず、ご家庭で十分な休息と栄養を与えて下さい。園での体調管理に努めていきますと思っております。



爪はきれいかな？



子どもたちは、様々な物に触れるため、爪の中に汚れが入ると伸びた爪で爪を欠けたりしてしまいます。汚れがたまると炎症をおこし爪の病気に悩まされるので、手洗いや落し爪で爪の汚れは、シャワーに入るときに落としてあげましょう。爪が長いと友達を傷つけてしまうことになりかねません。又傷跡が残ることもあります。ご家庭で定期的に切らせて下さい。

< 免疫のしくみとアレルギー反応 >

人間の体には、外から入ってきた有害なものを果物と認識して排除しようとする働きがあります。一度侵入した異物が入った時に安心できずに、抗体がつからぬ時、これが「免疫」です。有害なものにまた免疫が働くことがありますが、これがアレルギー反応です。アレルギーをおこす物質は、人によって違いの数があります。子どものアレルギーの70%が、思春期までに改善するとされています。

アレルギーの原因で、鼻炎や皮膚炎にもアレルギー物質自体は、病気になることはありませんが、アレルギー物質に反応して鼻炎や皮膚炎をおこすやがて問題があります。

最近ではアレルギーの原因に、食品添加物や化学物質の多い、生活環境があるといわれています。

手足口病

乳幼児の間で流行するウイルス性の夏かぜの一種で、飛沫感染します。手足や口の中に水ぶくれや赤い湿疹が出るのが特徴で、吐きやお尻に出ることもあります。症状は3〜5日くらいで治ります。その後2〜4週間ほど、便にウイルスが出ます。ウイルス性のため、抗生剤は無効です。登園はできず、口内炎がひどい時は水や食事にとりにくくなります。ご自宅での静養をお願いします。おたがひと出て全身に広がるとしたら、病院受診して診察を受けて下さい。

