



9月 ほけんだより



令和2年9月1日
社会福祉法人三心会
山田町第一保育所

暑い夏を元気いっぱい過ごした子どもたち。そろそろ夏の疲れが出る頃です。運動会の練習も行っていますので、ゆっくりお風呂に入り、たっぷり睡眠をとるようにして、疲れをとるようにしましょう。

水ぼうそうに 気をつけましょう！

町内の保育施設で水ぼうそうが流行しているとの事です。園では出ていませんが、気を付けましょう。

- ☆ 微熱
- ☆ 発疹
- 1～2日で水ぼうになる。
- ☆ 強いかゆみ

水ぼうそうは**全ての発疹**
がかさぶたになるまで出
席停止です。



虫刺され



子どもが蚊に刺されると、大人より反応が遅く、1～2日後に症状が出る事があります。時間が経つにつれ赤く腫れたり、水ぼうができたりして、大人よりも大きく腫れる事があります。これは虫刺されの経験が少ないために起こる激しい炎症反応です。刺された直後に洗って冷やし、市販の薬をつけてもよくなる時は受診しましょう。

かゆみが強いと、掻きこわしてとびひにならないように気を付けましょう。



蕁麻疹



蕁麻疹（じんましん）の多くは皮膚にかゆみと赤みを伴いますが、発症の原因や赤みの特徴も様々です。発症してしまったら、かゆみが広がらないようにする事が第一です。繰り返すことも多いため、早めに受診しましょう。また、体温が上がるとかゆみの原因にもなるので、お風呂はシャワー程度で済ませ、衣服は体を締めつけないゆったりとした物にしましょう。

発症の主な原因

発症には風邪のウイルスによるものや花粉、ハウスダスト等のアレルギー物質による内的要因と、日光や外気温、運動による汗、虫刺され、かぶれやすい植物に触れる等の外的要因があります。かゆみを抑えるために抗ヒスタミン等の薬を服用する事は大変有効ですが、原因物質を知り、極力それらを避ける事も大切です。

お願いします

「健康チェックカード」について

毎日元気に過ごせるように、毎朝健康状態を家庭で確認し「健康チェックカード」に記入して、登所時に担任に渡してください。よろしく
お願い致します。