

保健便り 8月号

なないろ

令和6年8月
ミライズにし
保健室

7月の感染症

手足口病 溶連菌感染症
突発性発疹

うだるような暑さで、寝苦しい日が続きます。暑い夏を乗り切るには、しっかり睡眠をとることが大事です。深く寝入ったときに、部屋の温度が低すぎたり、おなかが出たりすると寝冷えになり、体調を崩してしまいます。身体が小さい子どもは、身体の冷えも早いので、気を付けましょう。



暑い季節です。衛生面に注意して、過ごしましょう！



髪の毛について



前髪が目にかかっていませんか？ 長すぎる前髪は、目の前を見えにくくするだけでなく、髪の毛についているバイキンが目に入って、結膜炎になったり、髪の毛の先が目に入り、目を傷つけたりすることがあります。前髪は目にかからないようにしましょう。

それと、髪の毛の長い子は、必ず結髪してください。食事に髪の毛が入って不潔ですし、暑いです。

爪はきれいかな？



最近、爪が割れて、保健室に来る園児が増えていきます。爪が伸びているのが原因です。爪が長いとどこかに爪をひっかけて割れたり、お友達を傷つけることもあります。爪に汚れが入り、不潔にもなります。

子どもの爪は、早く伸びます。こまめにチェックしていただき、定期的にお手入れをしてください。



☆コップ、歯ブラシ、水筒(マグ)

感染症を予防するためにも、毎日きれいに洗って持って来てください。

毎日使う持ち物の衛生チェックをお願いします。(ストローマグのパッキン等の黒ずみのチェックもお願いします。)



8月7日は
鼻の日

鼻はにおいをかぐだけでなく、いろいろな働きをします。

呼吸をする

鼻の中に入った空気は温められ、鼻毛で汚れをきれいにしてから肺に送り込まれます。

においをかぐ

においをかいで、危険から身を守ります。

声の音色を出す

鼻がすっきり通っていると、声がきれいに響きます。

おなづい

感染症拡大防止のため、咳症状がある園児は、マスクの着用をお願いします。