



令和8年度 6月号

育心こども園

美童保育園

今年の梅雨はあっという間に終わってしまいましたね。湿度・温度ともに高くなっています。また天気が変わりやすいこの時期は、もっとも体調を崩しやすい時期でもあります。過ごしやすい環境作りに配慮し、毎日のお子さまのようすの変化に気を配っていきましょう。

5月の病欠報告

育心こども園

発熱…37名(計87日休み)
中耳炎…1名(計2日休み)
目の充血…1名(計1日休み)
特発性発疹1名(計1日休み)
咳・鼻水・喉の痛み…15名(計28日休み)
下痢、嘔吐…2名…(計3日休み)
肺炎(入院)…2名(計9日休み)



美童保育園

発熱…6名(計10日休み)
咳…1名(計1日休み)



6月4日は むし歯予防デー

歯みがきの習慣づけが、むし歯予防の第一歩。園では昼食後歯みがき指導を行っています。ご家庭でも、毎食後すぐに磨く習慣をつけ、必ず最後は大人が確認するようにしましょう。



正しく磨くための ポイント

- ブラシやグリップの形がシンプルで小さめの歯ブラシを使う。
- 磨く面に直角にブラシを当てる。
- ブラシは、柔らかい力で、できるだけ細かく動かす。
- 1本1本磨くつもりで磨く。



鼻水が長引くのは 病気のサイン!?

鼻は呼吸や病気の予防に役割を果たす大切な気管。気になる症状があったら、耳鼻科を受診しましょう!



かぜをひいていないのに、しょっちゅう鼻が詰まったり、鼻水が出たりしている



→アレルギー性鼻炎や副鼻腔炎などの疑い

鼻詰まりがあり、しきりに耳を触る



→急性中耳炎の疑い

いつも目やにや鼻水が出ている



→鼻涙管閉塞や結膜炎の疑い

楽しいプール あそびのために

子どもたちが大好きなプールあそびが始まります! 楽しく安全にあそべるよう、ご家庭で以下のことをお願いいたします。

- ① 毎日お風呂に入り、洗髪する
- ② つめは短く切る
- ③ 耳鼻科で耳掃除をする
- ④ 朝ごはんをしっかり食べる
- ⑤ たっぷり眠る

※水いぼ、とびひなど皮膚の病気や、結膜炎、中耳炎などの目、耳、鼻の病気にかかっていたら、プールが始まる前までに治しておきましょう。



ねっ ちゅう しょう ちゅう い 熱中症に注意しましょう!

こまめに水分補給を!!

- ① ジュースよりも**水か麦茶**がおすすめです。
- ② 1回分は少なめに、**回数を多く**飲みましょう。
- ③ **のどが渇く前**に水分補給しましょう。
- ④ 塩飴に含まれるナトリウムは、体内の水分を保持する効果があり、熱中症予防に役立ちます。

※子どもはのどの渇きに気付きにくいので
大人が前もって飲ませてあげるようにしましょう。



食中毒を予防しよう

食中毒が発生しやすくなっています。子どもたちの健康を守るためにも、この時期はご家庭でも、いつもより衛生的に過ごすように心がけてください。

予防のポイント

- ① 新鮮な食材を使う。調理してから時間がたったものは食べない
- ② 魚や肉は十分に火を通す
- ③ 賞味期限や冷蔵庫を過信しない
- ④ まな板や包丁などはまめに熱湯消毒や漂白剤で殺菌する
- ⑤ 調理前や食事の前、トイレの後にはせっけんで手指を洗う
- ⑥ 手指に傷がある場合はブドウ球菌に感染しやすいので注意する



「熱中症？」そのときに

子どもたちが大好きな夏ですが、熱中症には注意を。子どもに異変があったら、すぐに手当てをして重症化を防ぎましょう。



1 涼しい場所に移動する

風通しのよい日陰や涼しい室内に運んで寝かせ、服のボタンやベルトを外す。



2 体を冷やす

ぬらしたタオルで体をふき、うちわや扇風機の風を当てて体にこもった熱を逃がす。

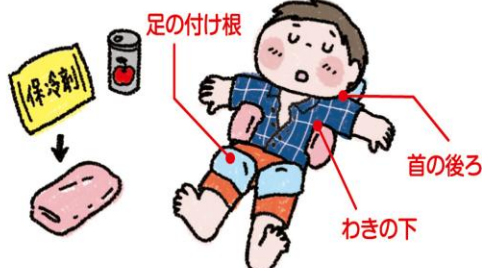


3 水分を少しずつ与える

麦茶や子ども用のイオン飲料などをひと口ずつ与える。一度に飲ませず、様子を見ながら。

- ☐ 冷やしたタオル
- ☐ タオルに包んだ保冷剤
- ☐ 冷えた缶ジュース

などを挟んで冷やすと効果的



注意!!

39℃以上の発熱があり、ぐったりして意識がないときは救急車を呼びます