

# 6月 ほけんだより

R4.6.3 看護師 吉武 智美



園庭では、元気に遊びまわったり、お散歩を楽しんでいる子どもたちの声が賑やかです。6月となり梅雨入りはまだですが、温度・湿度ともに高くなり、この時期は湿気を好むウイルスや細菌が増え、食中毒になったり天気も変わりやすく体調を崩しやすい時期でもあります。手洗いうがいの習慣、毎日の体調の変化に気を配っていきましょう。

## とびひ&水いぼの治療はお早めに

◎アトピー性皮膚炎や虫刺されを掻き壊して感染を起こしてしまう「とびひ」。掻いた手で他の所に触ると菌がついて水疱になってとびひが広がってしまいます。

☆水疱を見つけたら・・・ガーゼなどで覆って病院へ行きましょう。(絆創膏を水疱に貼ると更に菌が増殖します。)

**☆とびひがある間はプールには入れませんので、早めの治療をおすすめします!**

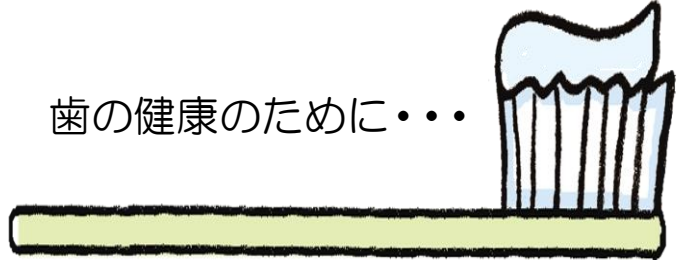
◎「水いぼ」もとびひ同様、掻き壊すとウイルスが指につき、そこからどんどん広がっていきます。

☆治療の方法・・・内服治療、病院で除去してもらう、塗薬、そのまま様子を見る保存的方法などがあります。保存的方法では多少かゆみが伴いますが、1~2年ほどで自然に治っていきます。ただし集団生活の中で感染源となる可能性がありますので、患部を衣類で覆いお友だちに広めないように爪をこまめに切り、掻かないように日頃からお手入れを行う事が大切です。

## <5月の感染症状況>

- ひかり・・・感染性胃腸炎の疑い 2名 風邪 1名  
気管支炎 1名
- にじ・・・風邪 4名 感染性胃腸炎 3名  
突発性発疹 1名
- そよかぜ・・・感染性胃腸炎疑い含む 5名  
気管支炎 1名 風邪 7名
- アップル・・・感染性胃腸炎 1名  
伝染性軟属腫(水いぼ) 1名
- チェリー・・・風邪 1名
- オレンジ・・・感染性胃腸炎 1名

## 歯の健康のために・・・



◎熊本県の子ども(乳幼児期)のむし歯の状況は、非常に悪く、1歳6ヶ月児では全国ワースト1位、3歳児では全国ワースト3位となっています。

### お子さんの健康な歯をつくるために必要なこと

☆むし歯菌は、家族等から唾液などを通してうつります。お子さんに食べさせるスプーンやフォーク、箸、コップ等の食器の共有はやめましょう。

☆甘いおやつや飲み物をとる回数を減らしましょう。(1日2回まで)

☆乳歯はむし歯になると、口の中でむし歯菌が増え、生えかわった永久歯もむし歯にかかりやすくなります。毎日、保護者の仕上げみがきをしましょう。(フッ化物配合歯磨剤を推奨)

☆歯が生えたら年に2~4回、フッ化物塗布を受けましょう。

☆ご飯を食べる時は、しっかりと飲んで食べる習慣を付けましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し、むし歯を防いでくれます。

