



# 5月のほけんだより



令和5年4月30日  
第2さつき認定こども園  
看護師 福地

すがすがしい風が吹き、若葉の美しい季節となりました。こいのぼりが泳ぐ園庭からは、子どもたちの大きくて元気な声が聞こえてきます。この時期は、気温の差から体調を崩したり、新しい生活で頑張っている子どもたちの疲れも出る頃です。ご家庭と連携を取りながら、お子さんの様子にも気を取っていきたいと思います。



## 虫刺され



春から夏にだんだん気温が高くなると虫たちも元気になってきます。虫刺されは搔かないことが大切です。傷から菌が入り悪化しとびひになってしまうこともあります。充分に気をつけましょう。基本 虫よけスプレーは医師の指示処方外なので、園では使用できませんが、虫刺されによって、強く腫れたりする症状が見られる子は相談下さい。

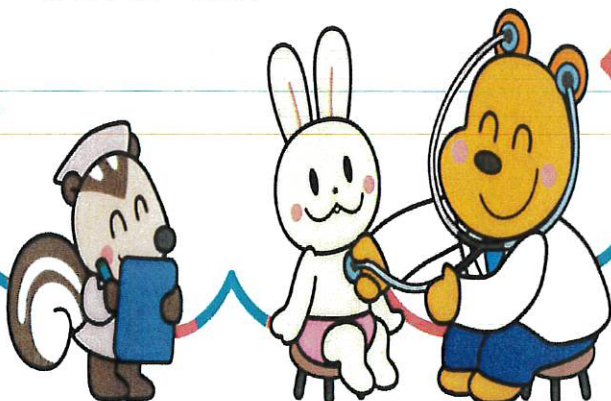
## つめを切って清潔に

つめが伸びていると、つめと指の間にばい菌が繁殖しやすくなります。また、乳幼児のやわらかい肌を傷つける危険性もありますので、つめは、こまめに切るようにしましょう。ただし、深爪には要注意！ 切りすぎて肌を傷つけ、化膿してしまうこともあります。

## 感染性胃腸炎



夏風邪の一種です。代表的なものはノロ、ロタウイルスで3歳までの乳幼児に多く、嘔吐・下痢で始まり、発熱はすべての子に見られるわけではありません。ロタウイルスの下痢は白っぽくなることがあります。感染力が強く症状消失後も2~3週間は感染力があります。下痢嘔吐などの症状があれば早目の病院受診をお願いします。



## 5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより、疲れが溜まり、眠れない、起きられない、食欲がない、イライラする、無気力などの症状が見られることがあります。ひどくなると、外出や登園もしたくなくなります。

### 5月のイヤイヤ期の脱出法は？

- ・のんびりお風呂に入って心と体の疲れを取る
- ・たくさん体を動かして元気よく遊ぶ
- ・睡眠時間をしっかりとる
- ・3食しっかり食べる

