



# ほけんだより 8月号



2021年8月1日  
ゆらりん仙川保育園  
園長 加藤 恵子

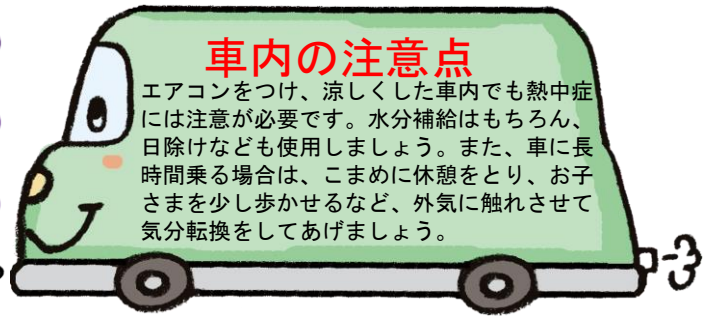
猛暑が続いています。子どもたちは、暑さの中でも夢中になって遊ぶので、水分の補給には十分に気を配りましょう。体調やけがに気を付けながら、楽しい夏の思い出をつくりたいですね。



## 7月の感染症

RSウイルス・・・4人  
鼻水・咳のお子さん、  
熱を伴う風邪のお子  
さんが多くいました。

まだまだ暑い日が続きます。  
免疫力を低下させないよう、  
今一度、生活リズムの見直し  
をお願いいたします。



### 車内の注意点

エアコンをつけ、涼しくした車内でも熱中症には注意が必要です。水分補給はもちろん、日除けなども使用しましょう。また、車に長時間乗る場合は、こまめに休憩をとり、お子さまを少し歩かせるなど、外気に触れさせて気分転換をしてあげましょう。

★今月は爪についてお知らせします。水遊びなどで肌が露出する機会が増えます。肌を傷つけたりしないようにするためにも、定期的に爪を切っていただきますようよろしくお願い致します。

## 爪について

爪（つめ）が伸びていると、友達をひっかいてしまったり、折れたりなどと、けがの原因となります。また爪は、汚れが溜まり不潔になりやすいところにもかかわらず、指しゃぶりや爪をかむくせがあるお子さんも多く、汚れたままにしておくとばい菌を直接取り込んでしまいます。週に一度は指先のチェックを行うようにしましょう。

### 爪の働き

指先を保護したり、手の平側からの感触を受け止めたりする他にも、爪から健康状態を知ることができます。爪全体の色が紫色をしていたり、白くにごっていたり、すじや溝ができている場合は病気の可能性もあるので気になる場合は病院へ行きましょう。

### 爪ケアのポイント

爪の手入れの目安は1週間に1回程度です。お風呂上がりの爪がやわらかい時が切りやすいのですが、切り過ぎるとばい菌が入ることもあるので深爪にならないよう、十分に気を付けましょう。



●毎月第2火曜日は、くまのみ組定期健診があります（8月は3日に行います）。嘱託医が来園して健診しています。その際くまのみ組以外のお子さんも相談に乗ることが可能です。何か健康状態のことで嘱託医に相談がありましたら連絡帳などでお知らせください。よろしくお願い致します。

●そのほかのご相談もご遠慮なく、職員までお声がけください。8月も健康に気を付けて元気に過ごしたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。