



2021年8月1日発行  
あさひ保育所



今年はいつよりも早く梅雨が明け、暑い夏がやってきました。with コロナ生活は残念ながら変わりませんが、お子さまたちが元気に楽しく過ごせるようご理解・ご協力をお願いします。

## 暑い夏を元気に乗り切るポイント

### 1. 水分補給

大量に汗をかくと、脱水症状を起こし、熱中症の原因にもなります。こまめな水分補給を心がけましょう。



### 2. 皮膚のケア

こまめに汗を拭いたり、シャワーを浴びたりして、皮膚を清潔に保ちましょう。

### 3. 十分な睡眠

早寝早起きで質の良い睡眠をとりましょう。質の良い睡眠は、成長ホルモンの分泌も良くなります。



### 4. 室温管理

高温・多湿など条件がそろえば、室内でも熱中症は起こります。エアコンを上手に使いましょう。冷やしすぎにならないよう設定温度 27~28℃を目安にしましょう。



## とびひ（伝染性膿痂疹）

すり傷や虫刺され、あせも、湿疹などに化膿菌が入りこんで水ぶくれができます。これをかきこわした手でほかの場所をかくと、そこにまた水ぶくれが「とびひ」します。夏に多い病気です。

### 治療

- ・飲み薬：抗菌薬を飲んで体の中から化膿菌をやっつけます。指示通り最後まで飲みきります。
- ・塗り薬：抗菌薬の入った軟膏を塗ります。

- ・とびひは、全身に広がる可能性があります。早めに受診することをお勧めします。
- ・ジクジクした部分がガーゼ等で覆えない、覆えきれない滲出液がでるとき、広範囲にあるときは、お休みしていただくことがあります。



### 歯科健診結果のお知らせ

	処置歯	未処置歯	人数
たいよう組	24本	24本	15人
つき組	4本	24本	12人
ほし組	0本	16本	6人
さくら組	0本	3本	1人
	28本	67本	34人

### ?!どうしてむし歯になるの??

歯質・糖質・菌(微生物)・時間の4つの条件が重なり合ったとき、むし歯になります。歯質は遺伝的な要素もあり、変えることはできませんが、それ以外の要因は、大人の配慮や、正しい習慣を身につけることでクリアできるもの。特に乳幼児期は、保護者のサポートが重要です。

