

# 5月保健だより

令和2年4月30日発行  
社会福祉法人 青梅みどり福祉会  
かすみ保育園

5月が始まりました。5月5日は、こどもの日、「立夏」です。暦の上では、もう夏。晴れた日には夏を思わせる陽気になることもあります。気温の変化や体調管理に気をつけて、さわやかな季節を元気に楽しみましょう。

新型コロナウイルス感染症の対策として、行政の指導により集団で行う乳児検診（7日）が中止になりました。気になることがある場合はかかりつけ医に受診、相談してください。

また、全園児歯科健診（26日）についても、秋以降に延期になりました。



12日（火）身体測定



## 暦は「夏」…そろそろ気をつけましょう！

**衣類の調節**…天候によって気温が上下しやすく、朝晩と日中の気温差が大きくなる時期です。調整のしやすい服装にしましょう。肌に直接触れる衣類は、綿100%にしましょう。

**水分補給**…晴れた日の日中は夏のような暑さになることがあります。子どもたちは大人よりもたくさん汗をかきますので、少しずつこまめな水分補給を心がけましょう。

**紫外線**…紫外線の量は5月より急増すると言われています。熱中症にも注意しましょう。

## 虫刺され

虫刺されのかゆみは皮膚に注入された物質に対するアレルギー反応です。掻いてしまうと、傷から菌が入り悪化し、「とびひ」の原因になりますので掻きむしらないことが大切です。

<予防>

- 刺された直後は、すぐに洗い流すことによって、かゆみや腫れを抑えます。
- 虫が多い場所に出掛ける時は、皮膚の露出をなるべく少なくしましょう。
- 虫は黄色・黒色を好むためこの色の服を避けるのもいいかもしれません。



## こんな様子があった時は！

★よく泣く    ★眠れない    ★食欲がない    ★反抗期になる

♥話を聞いてあげてください    ♥一緒に時間を作ってあげてください    ♥ほめてあげてください



新型コロナウイルスの感染が拡大しています。保育中も、子どもの健康状態に留意し、発熱や呼吸症状がみられた場合は、保護者の方へご連絡させていただきます。ご理解・ご協力の程、お願い致します。