

# ほけんだより 8月

みそらこども園  
令和2年8月21日(金)

## みそらこども園感染症情報

7月1日から7月31日まで

ヘルパンギーナ 3名

突発性発疹 2名

### ・身体計測日程・

17日(月) ひよこぐみ

20日(木) はとぐみ

21日(金) ほしぐみ

24日(月) すみれぐみ

25日(木) ももぐみ

27日(木) つきぐみ

※日程が変更することもあります。また、9月より身体計測が月初めに変更になります。

## ベビーカーの注意点

ベビーカーに乗っているこどもは、地面に近い位置にいますので、体感温度は大人より2~3℃高いと言われています。散歩をする時は涼しい時間帯を選び、照り返しの少ない土の路面にしましょう。日除けの屋根が付いていても、夏場は30分以内に留め、こどもの様子を時々チェックしながら、脱水症状を起さないように、水分補給をこまめに行いましょう。また、授乳中のお母さん方も、授乳で水分が奪われる為、熱中症のリスクがあります。意識して水分補給を行いましょう。

8月7日は、鼻の日でした

## 鼻水・鼻づまり・鼻血が続くときは、耳鼻科受診を

鼻は臭いをかぐと同時に、呼吸の出入り口であり、ウイルスや細菌などが体に侵入するのを食い止める役割を果たしている器官です。鼻は、耳や喉とも繋がっており、鼻の症状を放置しておくと、中耳炎を起したり、喉の炎症がでてくることもあります。鼻水ぐらい大丈夫と、緑色や黄色など色のある鼻水を放置しておくと、副鼻腔炎だったり、鼻の骨が変形したり、就学して、勉強に集中できないや、言葉の発音が不明瞭などと影響がでてくる事もあるので、根気強く治療しましょう。

## 鼻かみはゆっくりと、片方ずつ

3歳くらいになると、自分で鼻をかめるようになります。自分で鼻かみをする場合は、強くいっぺんにかむと、鼓膜に圧力がかかり中耳炎になる事もあるので、片側の鼻の穴は押さえて、少しずつかむように伝えていきましょう。