



吉祥寺きらめき保育園
令和7年7月

梅雨があけたような天気が続いています。暑さに備えて早寝・早起き・朝ごはんで生活リズムを整えましょう。これからの季節、気温や湿度が高く寝苦しい時期になります。子どもは元気そうに見えても、大人と同様に暑さや寒暖差で体は疲労しています。エアコンなどを上手く利用して、睡眠環境を整え、良質な睡眠をとって元気に過ごしましょう。

<夏に気をつけたい皮膚のトラブル>

あせも

汗のかきやすいおでこやひじ、首のまわりなどに白いぶつぶつが出来る。やがてかゆみのある赤い発疹になる。



肩の一部は、かきむしって皮膚がめくれている。

あせもの予防

- ・汗をこまめにふき取る
- ・肌着や下着をとりかえる
- ・通気性の良い衣類を身に着ける
- ・涼しい場所で過ごす

水いぼ (伝染性軟属腫)

肌の色ないし、単黄褐色の半球状、茸状の小さい発しんが徐々に大きくなって、中央部が少しくぼみ、つやつやしてくる。全身に出る。



数が増えるとかゆみが出ることもある。患部をかきこわすと、他の部位にも感染することがある。

とびひ (伝染性膿痂疹)

傷口などにブドウ球菌などが感染し、初めは透明な水ぶくれ状の水ぼうが出来る。しだいに白濁してきて破れ、皮膚が化膿した状態になる。時間がたつにつれ、化膿部位が広がる。



アトピーやあせも、虫刺されなど小さな傷を触ったりかいたりすると皮膚の表面に細菌が付着して起こります。水ぶくれにならない場合もあります。

ガーゼなどで覆って患部に直接触れないようにしましょう。絆創膏は通気性が悪く、悪化する場合ことがあるので使用は避けましょう。

※とびひが疑わしい場合は、皮膚科を受診し必要に応じて抗生物質を処方してもらいましょう。

とびひの予防

- ・虫刺されなどは放置せずにかゆみ止めなど使用する
- ・爪は短く切る
- ・体を清潔に保つ

7月の保健行事日程

上旬 身体測定

14日(月) 内科健診 15:00~

5, 6月は各種検診がありました。欠席された方、要受診の方は各ご家庭で受診して頂きありがとうございました。