

おひさまだより

2025.6.26

せんだの森

子どもたちの大好きな夏がやってきました。7月からは、プールあそびに水あそびと楽しいことが始まります。気温や水温、暑さ指数を見ながら安全に配慮して水あそびを始めます。水の中でのあそびことは、思っている以上に体力を消耗するため、夜は早めに寝るなど、疲れを残さないようにお願いします。

園でも子どもの体調をよく見ていきますが、朝、いつもと様子が違うなどの体調面に気付きがありましたら、小さなことでも構いませんので担任にお知らせください。

子どもたちが安全に水あそびを楽しめるよう、ご協力をお願いします。

夏の肌トラブル

蚊

に刺されたとき

大人が蚊に刺されるとすぐにはれ、じきに治まります。ところが、小さな子どもは、刺されてしばらくたってから、びっくりするほど大きくはれて水ぶくれができることもあります。かき壊さないよう、早めに手当てしましょう。

ケアは

- 1 刺されたところを水で洗い流します。



- 2 かゆみ止めを塗ったり、ぬらしたタオルやハンカチで包んだ保冷剤などを当てたりして、かゆみをやわらげます。



あせも

ができたとき

汗を分泌するところに、汗やほこりなどがつまって炎症が起こった状態です。汗をかきやすい部位に赤い小さなポツポツがたくさんできて、かゆくなります。

ケアは

シャワーなどで汗をよく洗い流します。外出先などでは、汗の成分が皮膚に残らないよう、ぬらしたタオルで汗をふき取りましょう。



予防は

汗をよく吸い取る綿の肌着やシャツを着せましょう。

とびひ

ができたとき

皮膚をかきむしって傷ができたところに、細菌が感染して、ジクジクした湿しん（とびひ）ができます。とびひは感染力が強いうえに、ひどくかゆいため、かいた手で体のほかの部分に触ると、そこにも湿しんが広がります。

ケアは

シャワーを浴び、皮膚の清潔を保ちます。かき壊して広がる、周りに感染するのを防ぐためにガーゼなどで保護することがあります。

肌トラブルを防ぐために

- 皮膚を傷つけないように**つめを短く切る**
- かゆみをやわらげるように**冷やす**、**かゆみ止めを塗る**
- 治りが遅い、広がった、湿しんが変化したときは、**小児科や皮膚科を受診**

治療は

抗菌薬の塗り薬を使います。よくならないときは抗菌薬の内服をします。



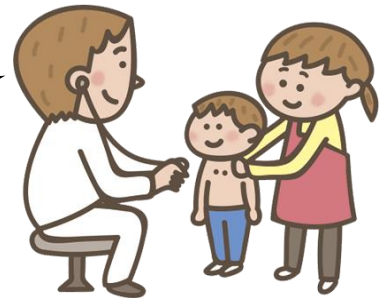
7月の保健指導

「夏を元気に過ごそう！」

医科 健診

日時：7月30日(水) 13:30～

できるだけの登園を
お願いします。



7月の休日診療医療機関(*一部抜粋)



	小児科	内科	耳鼻科
6日(日)	東手城クリニック(東手城町) 940-1180	石井内科医院(大黒町) 923-2972	みよし耳鼻咽喉科(駅家町) 959-3447
13日(日)	おひさまこどもクリニック (御幸町) 955-3220	児玉クリニック(南蔵王町) 943-5633 *外科も可	ト部耳鼻咽喉科医院(霞町) 923-3287
20日(日)	上原医院(幕山台) 948-2101 *内科も可	福山城西病院(西町) 926-0606	木村耳鼻咽喉科医院(今津町) 933-3817
21日(月)	福田内科小児科(瀬戸町) 951-2201	森近内科(西深津町) 927-4858	上田耳鼻咽喉科医院(旭町) 931-1000
27日(日)	よしだレディースクリニック (新涯町) 954-4455 *内科も可	ふじさわ内科(北吉津町) 925-1060	ゆう耳鼻咽喉科クリニック (南蔵王町) 982-7387

小児の休日・夜間の診療については、下記の場所で行っております。

福山夜間小児診療所(年中無休)

場所/福山市医師会館隣り 三吉町南

TEL/084-922-4999

診療/19:00～23:00(受付は22:45まで)

早めの受診を心がけ、できるだけかかりつけの病院を受診しましょう。