



もうすぐ梅雨の季節ですね。梅雨は高温多湿で蒸し暑かったり、日によっては少し肌寒かったりと気温・湿度が変化しやすく、体調を崩しやすい季節です。生活リズムを整え、早寝早起き朝ごはんの生活をして風邪に負けないからだづくりをしましょう。

<虫さされ>

園庭で蚊が出る季節になりました。保育園では、今年度よりイカリジン配合の「天使のスキンベープ」虫よけを使用しています。

蚊に刺されるとなぜかゆくなるのでしょうか。ひとの血液は空気に触れると固まる性質があります。しかし、それでは蚊は血を吸うことができません。そのため、蚊は自分の唾液を注入します。蚊の唾液には、血が固まるのを防ぐ物質や、痛みを和らげる物質が含まれています。蚊の唾液が注入されると皮膚でアレルギー反応が起こるため、人はかゆみを感じるわけです。

蚊に刺されたときは、流水で洗い、かゆみ止めを塗るとよいでしょう。保育園ではレスタミンを塗っています。腫れがひどい時は冷やすこともあります。

掻きすぎてしまうと皮膚炎をおこし、そこに細菌が入ると化膿してとびひになってしまいます。黄色い汁が出たり、じゅくじゅくしているとき、他の場所に感染しているときは、皮膚科に行きましょう。

雨の日の「ヒヤリ」 事故を防ぐために

雨の日は事故が起きやすくなります。
大きな事故になっていなくても「ヒヤリ」とした経験はあるのでは？
こんな対策をしてみましょう。

事故を防ぐために

レインシューズをはく

転倒を防ぐため、すべりにくい加工がされたものを選びましょう。

カサをさして自転車にのらない

風にあおられて転ぶかもしれません。レインウェアを着るようにしましょう。

カサや衣服を派手な色にする

車との事故を防ぐため、蛍光色・パステルカラーなど、目立つ色の服を着ましょう。

<6月4日～10日は歯と口の健康週間です>

仕上げみがきを
お願いします

お子さんがきちんとみがけているかチェックし、みがき残しがあれば、仕上げみがきをしましょう。

乳歯が生えてきたら始めましょう。

注意してみがいてほしいところ

奥歯の外側・内側

毛先をきちんとあて、軽い力でこぎざみにみがきます。

前歯の表側・裏側

表側は上唇の裏の“ひだ”にあたらないように、指でガードします。裏側は歯ブラシを縦にしてみがきます。