



ほけんだより かしま2018.2

暦の上では「立春」とはいえ、まだまだ冷え込みの激しい時期。インフルエンザが園でも断続的に発生しています。手洗い・うがいでウイルスを寄せつけないようにしましょう

2月の保健目標:寒さに負けず元気に遊ぶ

フッ化物洗口の説明会を開きます

日時:2月24日(土) 保育参観終了後
11:30~1時間程度

対象:現そら組園児の保護者
保育参観のあとに行います。そら組の保護者の方は、お残りください。その間の保育は、別室で行います。詳しくは、お知らせを見てください。

フッ化物洗口の希望調査は後日行います
(自由参加です)

※保護者が説明会に参加し、医師の説明に同意した園児のみ実施できます。

※にじ組は、来年度の希望を再調査します

保育園では、2月2日に節分集会をします。ご家庭にピーナツを持ちかえりますので、取り扱いには十分注意してください。なお、アレルギーを起こすことも考えられます。食べたことのない園児は十分注意してください。ちなみに、保育園ではどの年齢の子どもにも、ピーナツは出していません。

鬼より怖い?豆の誤飲・誤嚥

節分ということで、子どもたちの健康を祈って豆まきをするご家庭も多い時期ですが、同時に豆の誤嚥が増える時期でもあります。



何よりも怖いのは呼吸に影響がでること。豆類は気道に入ると膨らんで窒息しやすいのです。また、他の異物と違って気管支内に入ると粘膜に炎症を起こして浮腫を起こすので、せきをしても外に出てきません。

特に小さな乳幼児のいるご家庭は注意が必要。健康を願う豆まきのはずが、目の前に転がってきた豆を赤ちゃんが誤って食べてしまうと大惨事になりかねません。少なくとも3歳以下の小さな子どもには、豆類を与えないのが賢明です。



卒園前の予防接種はお済ですか?

麻しん・風しんワクチンの2回目は小学校入学の前年となっています。小学校入学の準備の一つです。まだの園児は4月までに受けてください。



アトピーが先?食物アレルギーが先?



アトピーと食物アレルギーは併発しやすい疾患です。以前は、食物アレルギーが原因でアトピーになると言われていました。しかし最近では逆に、アトピーで皮膚のバリアが壊れてアレルギーが侵入し、アレルギーを発症しやすくなると言われています。小麦入りの石けんで小麦アレルギーを発症した例もありました。

アトピーのケアでその後のアレルギー発症率を減らせます。保湿のほか、就寝中に掻かないように手袋をつけるなど、上手に工夫を。



子どもの便秘どう対応する?

便秘ってどんな状態?

うんちが出るのが1週間に2回以下で、排便時に泣いたり、便に血がついたりしたら便秘の可能性がります。



いつなりやすい?

離乳食を始めた時期や、偏食、小食になったとき。

どうしたら治るの?

成長して体力が付き、食事量も増えれば改善することが多いですが、食生活などを改善しても治らない場合は医師に相談を。

ちなみに浣腸は癖になるとい説はウソ。むしろ便秘を放置すると腸が括がり便秘癖がついてしまいます。

おねしょとは違う夜尿症に注意

5歳以下で排尿機能が未熟なためにおもらしをしてしまうのが、いわゆる「おねしょ」。それとは違い、5~6歳を過ぎて月に数回以上おもらしをする場合は夜尿症かもしれません。アレルギーについて多い子どもの病気と言われています。適切な治療を受ければ3年後には約8割は治癒するというデータもあるので、気になるときはお医者さんに相談を。

