



# ほけんだより 6月号

2021年5月31日  
いちご保育園  
看護師 星野

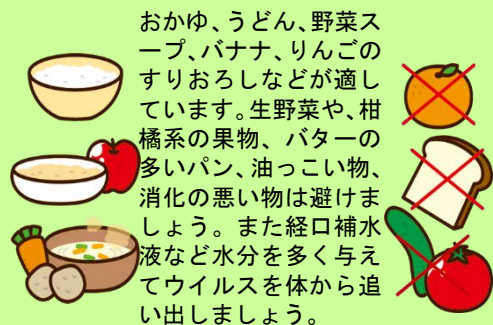
あじさいがきれいに咲く季節となりました。この時期は、急に暑くなる日があったり、肌寒い日があったり、と体調を崩しがちです。バランスのよい食事や睡眠をしっかりととり、元気に過ごしていきましょう。

## 下痢や嘔吐をした時は…

最近乳児室で下痢・嘔吐の風邪が流行っています。保育園では感染症対策をしっかりと行っていますが、お友達同士どうしても密になりやすいため、感染しやすい状況にあります。



### 下痢の時の食べ物



おかゆ、うどん、野菜スープ、バナナ、りんごのすりおろしなどが適しています。生野菜や、柑橘系の果物、バターの多いパン、油っこい物、消化の悪い物は避けましょう。また経口補水液など水分を多く与えてウイルスを体から追い出しましょう。

子どもは胃腸が未熟なので、よく下痢になります。ノロウイルスやロタウイルスを伴う下痢は、周囲への感染を防ぐため、登園を控え迅速に病院へ行くなどして対応しましょう。

## 虫除けについて

いちご保育園ではアロマオイルで作った虫よけスプレーを使用しています。あまり効果がないと思われる場合は、朝しっかり全身に市販の虫よけをつけていただき、長袖・長ズボンを着用、または蚊よけのウエアをお持ちになり登園してください。また、腫れやすい場合はご自宅ですっきり冷やすか薬を塗るなど早めに処置をしてください。

### 虫よけアロマスプレーのレシピ

ユーカリシトリオドラ	4滴
シトロネラジャワ	4滴
ペパーミント	4滴
無水エタノール	5cc
精製水	45cc



## 保健室からのお願い

### ★ご家族が病気になってしまった場合は必ず申告をお願いします

コロナ禍に於いて登園連絡票を書いていたいただいておりますが、最近ご家族が病気に罹ってしまった場合の記入漏れが数件ありました。感染症の場合、感染拡大防止策を実施するため必ずご報告をお願いいたします。また、大変お手数ですが毎日の検温も必ずご記入をお願いいたします。

### ★フール開きに備えて…

今年も子供たちが大好きなフールがあと1ヶ月で始まります！！いちご保育園のフールは小さいですが楽しさは2倍?!3倍?!です！楽しく安全にフール活動を行うためにお子様たちの体にケガや病気が無いか確認しています。水いぼや滲出液が出るような傷がある場合は早めに治療をお願いします。また感染を疑う症状がある場合はフール活動ができないことがあります。