

8月のほけんだより



子ども未来局
保育・子育て推進部

令和8年8月 津田山保育園

暑い日が続いていますね。こまめに水分補給をして、しっかりと休息をとり、体調の変化に気をつけながら、元気に夏を楽しみましょう。

気をつけたい 夏の肌トラブルと予防

蚊に刺され

子どもは、蚊に刺されてしばらく経ってから大きく腫れることがあります。掻きこわさないように、刺された場所を水で洗い流したあと冷やしたり、肌に合うかゆみ止めを塗ったりしましょう。

あせも

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できて、かゆくなります。シャワーなどで汗をよく洗い流し、外出先では濡らしたタオルで汗を拭き取りましょう。汗を吸い取る綿の肌着を着るのもいいですね。

とびひ

皮膚を掻いて傷ができたところに、細菌が感染してジクジクした湿疹ができます。とびひは痒みと感染力が強く、掻いた手で体のほかの部分に触ると、そこにも湿疹が広がります。皮膚を清潔にして、ガーゼなどで保護しましょう。受診をして、抗菌薬の塗り薬や内服をすることがあります。

予防

- ・夏も保湿して肌のバリア機能を整えましょう。
- ・爪は短く切って、角はやすりで丸くしましょう。



アタマジラミについて

■「アタマジラミ」ってなに？

アタマジラミとは、頭皮に寄生、吸血します。卵は0.5mmほどの楕円形で灰褐色、髪をつまんでも容易には動きません。主に頭の接触や帽子、ヘアブラシ等の共用が原因で寄生します。

■駆除するには・・・

- ・2週間ほど毎日丁寧に洗髪し、ドライヤーでよく乾かします。薬局または医師に相談のうえ、駆除剤を使用することもあります。
- ・目の細かいくしで髪をよくすきます。
- ・タオルやシーツ類は毎日取り替え、熱湯や乾燥機で熱処理したあと洗濯します。室内は掃除機をかけます。

【予防・早期発見のポイント】

- ・毎日の洗髪のときにうなじ、耳のうしろ、つむじなどをチェックしましょう。
- ・帽子やブラシの共用は避けましょう。



【今月の保健行事】

■8月17日（月）園医健診（0歳児・1歳児クラス対象）

出典：メイト