すくすくすっく

No.８６
令和５年
６月

梅雨の季節に入り、蒸し暑くなったり急に気温が下がったりと変わりやすい天候が続きます。日差しや気温が高いと、熱中症や脱水症状にも注意が必要です。対策をしっかりと行い、健康に過ごせるようにしましょう。また、すっきりしない天気から気分が落ち込みやすく、じめじめして体調を崩しやすい時期でもあります。食べ物も傷みやすいため、食中毒にも気をつけていきましょうね。

虫歯は虫が作っている！？

0歳から歯磨きの習慣を

虫歯は、歯垢の中にすむミュータンス菌が作り出す酸によって、歯が溶けていく病気です。
歯の付け根部分などに白っぽく見えるものは食べかすではなく、菌がかたまってできた歯垢。ネバネバしているため、うがいだけでは取れず、ていねいな歯磨きが必要です。歯が生え始めたら歯磨き習慣の準備を始め、上下４本ずつ生えたら歯みがきスタートです。

0歳
保護者
口の周りを触られることに慣らす。

1歳
保護者
短時間で寝かせ磨きをする。

2歳
保護者
短時間で寝かせ磨き。歯ブラシを持ちたがるときは、必ず保護者のひざの上で持たせる。

3歳
子ども＋保護者
歯ブラシの持ち方、磨き方をシンプルに教える。一人磨きの後、仕上げ磨き＋デンタルフロスも併用して。

4歳
子ども＋保護者
ていねいな歯磨きの仕方、デンタルフロスの使い方を教える。仕上げ磨きをする。

5歳
子ども＋保護者
一人磨きが完成するが、必ず大人が仕上げ磨きを。

ダニ・カビを減らして気管支を守ろう！

ぜんそくの大きな原因の一つは、ダニなどのちりによるハウスダスト。温度や湿度が高くなる季節は、カビやダニが繁殖しやすい時期。まめに掃除機をかけるのはもちろん、十分な換気をしたり、除湿器を使ったりしましょう。

掃除機は朝イチで！

空気中のハウスダストは、夜の間に重力で床に落ちます。朝いちばんの掃除は、床に落ちたハウスダストを効果的に取り除けます。

フィルターのお手入れも！

エアコンや除湿器、空気清浄機の内部はカビやほこりがたまりやすいところ。週に１度はフィルターを掃除して、清潔に保ちましょう。

すくすくハウスでのひとこま

折り紙でカエル、スポンジのスタンプであじさいの花の模様を作りました。折り紙では「こう？」「合ってる？」と保育者のお手本を１つ１つ確認しながら頑張って完成させていました。スタンプは画用紙に模様が出来るたびに「あっ！」と嬉しそうに指さしていました。出来上がったものを部屋の窓ガラスに貼ると「かわいい」と満足気でしたよ。

おねがい

- すくすくハウスを連日利用される方はすくすくハウスのファイルを持ってつちだ小児科を受診してください。
- 病院を受診される前に薬を服用された方は、必ずつちだ小児科を受診された際にお伝えください。
- お子様の急な発熱時には、解熱剤を使用する場合がございます。ご家庭で使用しているものや病院で処方されたものを使いますのでご持参下さい。また、すくすくハウスにも解熱剤はありますので、受け入れ時に使用の有無を口頭で確認させていただきます。ご協力をお願いいたします。

～感染症情報～　つちだ小児科

新型コロナウイルス感染症が、2023 年 5 月 8 日についに季節性インフルエンザと同じ 5 類感染症に分類されました。2020 年 1 月のパンデミック宣言から約 3 年半になります。ほんと長かったですね～。とは言っても、ウイルス自体がある日突然おとなしくなる訳ではありませんので、徐々に日常生活を元（コロナ前）に戻していくことになります。病児保育ご利用時のコロナ検査はこれまで通りとなりますし、当分の間はコロナと診断された方のお預かりはできません。その他、当院の感染対策も少しずつ元に戻していきますのでご了承お願いします。

RS ウイルス感染症　先月は 52 名でした。インフルエンザに代わって主役に躍り出たかんじです。2 才未満のお子さんにとっては重症度、RS ウイルス＞インフルエンザ・新型コロナウイルスです。油断できない病気なので要注意です。

胃腸炎　先月は 33 名。一部の保育園で流行がありました。たいていの場合、嘔吐・発熱はなく2～3日便がゆるくなる程度の軽めの胃腸炎が多かったです。

手足口病　先月は 10 名。先月に比べると減少傾向です。

ヘルパンギーナ　先月は 22 名。夏かぜの仲間で夏に流行することが多いですが、今年は今頃増えてきています。現在は坂井市のいくつかの保育園で流行中です。

インフルエンザ　先月は 2 名。5 月 15 日の1例が最終だったようです。今年の流行は終息したようですが、福井県以外で局所的な流行は所々であるようです。

新型コロナウイルス（COVID-19）感染症　先月は 8 名。ほとんどが軽症で熱も 1～2 日、食欲も普通だったりして入院になったケースは 1 例もありませんでした。

溶連菌感染症　先月は 9 名。現在は坂井市のいくつかの保育園で流行中です。

アデノウイルス感染症　先月は 9 名。アデノウィルス感染症ではないけれど他のウイルスによる結膜炎も流行っていてややこしいです。

おたふくかぜ　先月は発生なし。

水痘　先月は発生なし。

ヒトメタニューモウイルス感染症　先月は発生なし。

伝染性紅斑　先月は発生なし。

マイコプラズマ感染症　先月は発生なし。

百日咳　先月は発生なし。

麻しん・風しん　妊娠適齢期の方、風しんにかかったことのない方、風しんの予防接種を受けていない方（30代から50代の方）は抗体検査のうえ予防接種をお勧めします。

つちだ小児科「アイチケット」のサイトは「丸岡町近郊の子どもの感染症」をお届けしています。感染症情報に加えて、感染予防対策についても書いているので一度覗いてみて下さい。

発行者：社会福祉法人　和愛福祉会　住所：坂井市丸岡町愛宕 9-1　TEL：0776-68-0181　すくすくハウス　TEL：0776-97-6415