



令和6年6月1日
ニチキッズ
あいずみさかふじ保育園

梅雨の季節がやってきました。天気の変りやすいこの時期は体調を崩しやすいので、十分に注意が必要です。梅雨時は真夏のような暑い日もあれば、急に気温が下がって肌寒く感じる日もあります。衣服の調節にはいつも以上に気を配るようにしましょう。

虫刺され・植物かぶれ

虫刺されも植物かぶれも、まず**かかないこと**が大切です。かいてしまうと傷から菌が入り悪化したり、とびひになることもあります。かき続けることで治りも悪くなってしまいますので、十分に気を付けましょう。

蚊：子どもは蚊に刺される免疫が少ないため水ぶくれが出来ることもあります。刺されたらすぐ患部を洗い、炎症を抑える薬を塗ると軽く済みます。

ダニ：市販の虫刺され用の薬で効果がありますが、アレルギーなどで、全身に発疹が広がったり、ぜんそくや皮膚炎を引き起こす場合もあるので、その場合は受診しましょう。

ムカデ・ハチ：刺されるとすぐに強い痛みが出ます。腫れが強い場合は受診しましょう。以前にも同じ虫に刺されたことがあり、気分が悪い、息苦しいなどの場合にはアナフィラキシーショックの可能性があるので、早急に受診しましょう。

毛虫：毛虫の毛が刺さった場合は、セロハンテープなどを貼ってはがすと毛が取れるため軽症で済むことがあります。触るだけで強い皮膚炎を起こすこともあります。

植物かぶれ：植物の中には発疹や水ほうなどを起こすものもあります。症状が出た場合、広がらないように衣類を着替えたり、患部を流水で流し、かゆみ止めなどを塗ったりしましょう。水ほうは清潔なガーゼで覆います。患部が広がったり、かゆみが治まらない場合は受診しましょう。

こどものはみがき

いつ始める？どう始める？

はみがきのスタートは、歯が生え始める6ヵ月～1歳くらいが目安です。この時期は、間食も少なく、唾液の自浄作用で十分清潔に保てるので、しっかり磨くよりもはみがきに慣れさせる感覚で始めましょう。

はみがきのポイント

はみがきは、歯の本数やお子さんの発達によってみがき方にポイントがあります。歯が生え始めた頃は、まず口の中に歯ブラシが入ることに慣れさせてあげましょう。イヤイヤ期のお子さんには、無理強いせず、はみがきが楽しいものだと思ってもらえるよう、歌などで気持ちをのせてあげるようにしましょう。歯が生えそろってくると、奥歯や歯と歯の隙間がみがきにくく、虫歯になりやすいので、しっかりと時間をかけて仕上げみがきをしてあげましょう。

仕上げみがきは、お子さんの6歳臼歯(最初に生えてくる永久歯)が生えて、すべての歯をきれいにみがけるようになるまでは、保護者の方がしてあげるのが良いでしょう。

