



ほけんだより 5月号



2025年 5月

ニチキッズ

コザ高通り保育園

春の風が心地よく、さわやかな気分になれる5月。しかし、体や心に疲れが出て、体調を崩しやすい時期でもあります。規則正しい生活をして、元気いっぱいにご過ごせるようにしましょう。

## はしか(麻疹)

はしかは、感染力が強く、合併症を引き起こす可能性があるため、十分な予防が重要です。最も効果的な予防方法は、麻疹ワクチンの接種です。特に、保育園や学校などで集団生活を送る子どもたちは、感染のリスクが高くなるため、予防接種を受け、手洗いや衛生管理を徹底する事が大切です。



## 爪はきれいかな？

子どもたちは様々な物に触れるため、爪の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。手洗いで落とすきれいな汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう。



また、爪が長いとどこかにひっかけてしまったり、お友だちを傷付けてしまうことにもなりかねません。おうちでは定期的に切ってくださいようお願いいたします。

## 胃腸炎

胃腸炎は、特に保育園などの集団生活をしている場所でよく見られる感染症の一つです。

ウイルスや細菌が原因で発症し、嘔吐、下痢、腹痛などの症状を引き起こします。子どもたちの免疫がまだ十分に発達していないこともあり、感染が広がりやすいので、特に予防と早期対応が重要です。

### 胃腸炎の予防方法

#### 1 洗いの徹底

- ウイルスや細菌は手を介して感染することが多いため、こまめな手洗いが非常に重要です。

#### 2 消毒の実施

- 嘔吐物や下痢便などが施設内にある場合、しっかりと消毒を行う必要があります。

規則正しい生活リズム、手洗いの習慣、こまめな水分補給で体調管理に気をつけて5月も楽しく過ごしていきましょう。

