

7月のほけんだより

日に日に日ざしが強くなり、心弾む夏がやってきました。
 天気がよければ、毎日プール！の子どもたち。元気そうに見えても、体は意外と疲れています。
 おうちではゆったりと過ごせるようにご配慮ください。



かゆみのある湿しんは「とびひ」かも

虫刺されや湿しんなどで傷ついた肌を汚れたつめでひっかくと、傷口に細菌が感染して「とびひ(伝染性膿痂疹)」になります。うみをもったような水ぼうがができ、強いかゆみが出ます。かゆいからといってひっかくと大変！水ぼうが破れて中の液が付いた所に、とびひがどんどん広がってしまうのです。水ぼうを見つけたら、つめでひっかかないようにガーゼで覆い、受診しましょう。

ぼくたちのつめも、忘れずに短く切ってね

あせもを防ぎましょう

あせもは、おでこやひじ、首の周りなど、汗がたまりやすく、皮膚がこすれる場所にできます。アトピー性皮膚炎のある子は、症状が悪化することもあるので注意しましょう。

あせもを作らない 3つのポイント

- 1 薄着が基本
- 2 吸湿性のよい木綿の肌着を着る
- 3 汗をかいたら着替える、タオルでふく、シャワーで流すなどして、常に肌を清潔に

●子どものけんしん

- ①受付時間
13時～13時40分
 - ②持ってくる物
母子手帳・送付した問診票
(事前に記入をしてください) など
 - ③会場
川崎町保健センター
 - ④電話番号
0947-72-7083
- ☆乳児けんしん
7月11日(火)
- ☆1歳6カ月けんしん
7月25日(火)
- ☆保健なんでもそうだん
7月7日(金)

正しい熱の測り方

体温は正確に測ることが大切です。起きた後、食事、入浴、大泣きした後などは体温が高くなるので、30分くらい経過してから測りましょう。

- 1 体温計を上向きに当てる
- 2 大人が抱える

水平はダメ

わきの下の最も深い場所に、斜め上に向けて当てる。

体温計を挟んだほうの腕を胸につけ、大人が抱える。

機嫌が悪い、元気がない、顔や首などがいつもより熱いというときは、発熱のサインかもしれません。熱を測ってみましょう

