



5月のほけんだより



令和8年5月1日発行
インターナショナル
アンジェリカ桜台保育園
看護師 畑中裕子

新年度が始まって1ヶ月が経ち、入園したお友達も元気に遊ぶ姿が見られるようになってきました。5月は春の風が心地よく、さわやかな気分になれる季節ですね。運動をするにもとてもよい時期です。積極的に外で遊び、健康な体づくりを行いましょう。加えて、5月から熱中症対策が必要な日も増えてきます。こまめな水分補給にも気をつけましょう。

虫よけ対策について

夏日となることもあるこの時期から蚊の発生が増えます。保育園では、携帯型の虫よけやベビーカーに吊るす虫よけを使用し対策に努めますが、個別に直接虫よけを塗布することはできません。登園前にご家庭で虫よけ対策をお願いいたします。

★対策として、虫よけスプレーやミスト、肌の露出が少ない洋服の着用、色の薄い衣類など

★刺されてしまったら・・・

患部を水でよく洗って冷やす、薬を塗る、爪を切るなどかきむしらないよう工夫する
(保育園ではレスタミン軟膏を塗って対応することがあります。ただし、手の先や目元・口元には使用できません。)

乳児が蚊に刺されると、大人より反応が遅く1～2日後に症状が出ることや、時間が経つにつれ大きく腫れることがあります。これは虫刺されの経験が少ないために起こる激しい炎症反応です。腫れがひどい時、痒みや痛みがある時、ジクジクしている時などは早めの病院受診をおすすめします。

麻疹の予防接種

麻疹(はしか)が日本国内でも増えています！特に2026年に入り、海外からのウイルス流入や集団感染事例が相次いで報告されています。麻疹は発熱、発疹、咳を特徴とし、春から夏にかけて流行します。感染力が強く、空気感染が主な感染経路となっています。肺炎、中耳炎、脳炎などの合併症があり重症化する恐れがあります。予防接種を受けていればほとんど感染を防げる病気なので、1歳を過ぎたら必ず予防接種を受けましょう。小学校入学前に受ける追加接種も忘れずに。



感染症になったら・・・

感染症とは何？どうしたらいいの？

保育園は集団生活の場となりますので、下記の事項についてお願いをしています。

① 感染症が疑われる場合には必ず受診をして下さい。

発熱、発疹や下痢などなにか症状がある場合には受診し、感染性かどうか(登園は可能か)の診断を受けて下さい。

② 感染症と診断されたら、保育園へご連絡下さい。

保育園では一緒に生活している時間も長く、感染が拡大している恐れがあります。早期の情報共有により予防策の施行、同様の症状が出現しているお子様の治療に役立ちます。すぐに予防接種することで感染症を防いだり、軽度で経過できる場合があります。また妊娠中のお母様方にもお知らせをする必要があります。

③ どちらの感染症ですか？

学校保健法に基づく感染症

麻疹・インフルエンザ
・風疹・咽頭結膜炎
・水痘・流行性角結膜炎
・流行性耳下腺炎
・百日咳・新型コロナ
・腸管出血性大腸菌感染症

厚生労働省のガイドライン

・溶連菌感染症
・マイコプラズマ肺炎
・手足口病・帯状疱疹
・伝染性紅斑・RSウイルス
・感染性胃腸炎・突発発疹
・ヘルパンギーナ

④ 治ったら、再度病院を受診を。

医師に医師許可書を記入してもらう

医師にて登園許可ができれば、登園届けを保護者が記入する

※医師許可書の用紙はコドモン資料室で確認いただけますが、病院によっては用紙記入に費用がかかる場合もあります。病院にある用紙(区立保育園の書式など)でも構いません。

早めの受診とケアを!!

集団生活を送る子ども達にとって、鼻水や鼻づまりはつきものです。そのためにミルクが飲みにくかったり、食事を食べたいのに食べられない、眠りにくいなどの不調が重なると、体力が落ち、症状が長引いてしまいます。またちょっとした皮膚の乾燥、かゆみや湿疹は、掻いて傷になったり、とびひになったりと後々ケアが大変になることもあります。症状が出たら早いタイミングで受診やケアをすることが、早く改善し、通院回数やお休みを少なくすることに繋がります。