



ほけんだより

令和4年5月
うるま市公立こども園
うるま市公立保育所
～こども教育保育推進課～



4月の入園から早くも1か月が過ぎました。子どもたちも新しい環境に慣れ、少しずつ自分のペースで園生活を楽しめるようになってきました。一方、新型コロナウイルスが猛威を振るい、大変心配な状況が続いております。保護者の方にはご迷惑をおかけしておりますが、これ以上の感染拡大を防ぐためにも、接触者が出た際の検査及び自粛等について、改めてご協力をお願いいたします。



虫刺され・植物かぶれ

暑い日が多くなり、虫もたくさん見かける季節となりました。日頃から公園遊びやお散歩の際などに、虫に刺されてしまうこともあるかもしれません。虫刺されも、植物かぶれも、まず絶対に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することや、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、まずは患部を流水で洗い流し、自宅ではかゆみ止めを塗るなどをして、十分に気を付けましょう。

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。



食物アレルギーとは

ある特定の食べ物が原因となり、体を守る免疫が働き、じん麻疹や湿疹、下痢、咳などのアレルギー症状が出ることをアレルギーと言います。食物アレルギーがあることで、特定の食べ物を一生食べられないという人もいますが、乳幼児に発症した子どもの多くが年齢と共に症状がよくなると言われています。

もしアレルギー症状が見られたら…

- 病院受診をしましょう
- 何をどの程度食べたか？を確認しましょう
- 誤食したと思われる、おおよその時刻を確認しましょう
- ぐったりしていたら、救急車を呼びましょう



アナフィラキシー症状とは？

全身の多臓器に重篤な症状（皮膚の赤み、じん麻疹、のどのかゆみ、吐き気、くしゃみ、せき、ゼーゼー、声のかすれ、息苦しさ、動悸、ふらつき、けいれんなど）が急激に出現することをいいます。血圧の低下を伴い、意識レベルが低下（呼びかけに反応しない）や脱力など生命を脅かす症状を来すような場合を、アナフィラキシーショックと呼びます。



けいれんについて

けいれんとは？

何らかの刺激により、脳が興奮状態になり、通常と異なる信号が神経を通して体の各部位に伝達されてけいれんが起こります。一般的には意識がはっきりしない状態で、体や手足が固くなった、ガタガタ震えたりしますが、症状は人によって様々です。



対処法

- ①けいれんが起きたら、吐いた物が気道に詰まって窒息するのを防ぐため、顔や体を横向きにして寝かせ、首やおなか周りの衣服をゆるめ、呼吸がラクな状態にします。



チェック！

- けいれんの時間
- 普段通りに何回か名前を呼び、反応があるか
- 目はどちらを向いていたか
- けいれんは全身か、体の片側か、体の一部か

- ②時計を見てけいれんの続いている時間を計りながら、状況を確認します。診察の手助けになるので、慌てずに様子を見ましょう。

けいれんの種類

- 熱のあるけいれん
 - ・熱性けいれん
 - ・髄膜炎、脳炎、脳症が原因のけいれん
 - ・脱水症が原因のけいれん
- 熱のないけいれん
 - ・てんかん
 - ・泣き入りひきつけ
 - ・光過敏性発作
- 外傷が原因のけいれん
- 脳の病気が原因のけいれん
- アナフィラキシーによるけいれん

けいれんといってもその症状は様々です。病院へ行く前に症状をよく確認し、医師に正確に伝えられるようにしましょう。



治まったら…

- ③熱を測り、けいれんの後は寝てしまったのか、それとも意識がすぐに戻って反応があったのか、手足の動きに麻痺はないかなど、体の状態を見ておき、救急車の要請もしくは医療機関の受診をします。

けいれんしている時にしてはいけないこと

- 抱っこをして体を揺り動かす
- 大声で名前を呼び
- 手足の動きを押さえつける
- 舌をかまないようにと、口の中にガーゼなど物を入れる



<5月 乳幼児健診日程>

乳児健診(後期)	5/15(日)	受付時間8:45~10:30	
2歳児歯科検診	5/12(木)	受付時間13:00~14:30	
1歳6か月児健診	5/11(水)、5/17(火)、5/20(金)		受付時間12:45~14:00
3歳児健診	5/10(火)、5/13(金)、5/18(水)		受付時間12:45~14:00

場所：うるみん3階ホール
該当の方はお忘れなく！

