

新学期が始まって一ヶ月が経ち、多くの子どもたちは新しい環境に慣れ、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。最近では、暖かくなってきて、運動をするにはとてもよい時期になってきましたね。積極的に外で遊び、健康な体づくりを行っていきましょう！一方、連休が増え、生活が乱れがちになってしまうので、生活リズムを崩さないように注意していきましょうね♪



麻疹（はしか）

沖縄県内の麻疹（はしか）患者発生状況がレベル3になりました((+_+))

レベル3・・・引き続き感染が拡大し、県内に流行の兆しがみられる。今後も更なる麻疹患者の発生が考えられます！！

麻疹について

麻疹は感染力が非常に強く、空気感染します。小児が感染すると肺炎、中耳炎、結膜炎、熱性けいれん、脳炎などの重い合併症を起こすことがある感染症です。

症状

感染すると約10日後に発熱や咳、鼻水といった風邪のような症状が出始め、2～3日続いた後、首筋・顔から赤い発疹、口の中に白い発疹が出て、再発熱で39℃以上まで上がり、発疹は全身に広がります。全身症状が強く、かかるととても辛い病気です。

対策

麻疹に対する特効薬はなく、唯一の予防法は予防接種のみです！MR予防接種歴の確認をして頂き、まだの方は早めに予防接種をすませましょう！また、急用でなければ、人混みの多い場所への外出は控えましょう。



5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより、疲れが溜まり、眠れない、起きられない、食欲がない、イライラする、無気力などの症状が見られることがあります。ひどくなると、外出や登園もしたくなくなります。

5月のイヤイヤ期の脱出法は？

- ・のんびりお風呂に入って心と体の疲れを取る
- ・たくさん体を動かして元気よく遊ぶ
- ・睡眠時間をしっかりとる
- ・3食しっかり食べる



虫除けについて

虫刺されは、かきこわしてしまったりとびひになることがあります。早めのケアと予防を心がけましょう。

◎虫刺され予防◎

- 肌の露出をなるべく防ぐ
- 虫の多い時間帯や場所をなるべく避ける
- 虫除けグッズを使用する

刺されてしまったら・・・

患部を洗って冷やす
 薬を塗る
 かきむしらないよう工夫する

