



あじさいの花も少しずつ咲きはじめ、梅雨を感じる季節になりました。
だんだん蒸し暑い日が続き、汗をかくことも多くなってきます。
衣服の調節をしたり、こまめに水分補給をするように心がけましょう。また、汗疹やとびひなどのお肌のトラブルにも注意しましょう。



食中毒に気を付けよう

6月になり気温も湿度も上がってくる季節になりました。これからの時期は細菌の繁殖による食中毒が増えてくるので注意しましょう。

*** 食中毒とは**

食品や食器、また調理器具についた細菌が口から体内(おなか)に入り激しい腹痛や下痢を起こすことです。また、手指を十分に洗わなかったためや吐物や便によって二次感染することもあります。

*** 予防法**

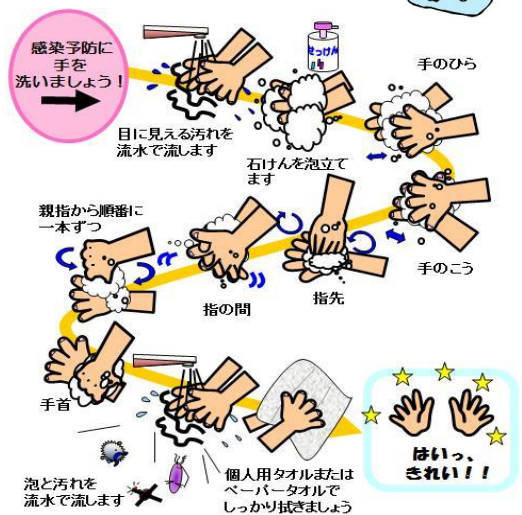
- ・調理前に手を洗い、清潔な調理器具を使う。
- ・雑菌には加熱が有効です(中心部位の温度が75℃で1分以上の加熱が目安)。
- ・食事はできたらすぐ食べるようにし、室温に長く放置しないようにしましょう。
- ・お弁当に、前日に調理したおかずを使用する際は加熱してください。お弁当箱に入れるときは必ず冷ましてから入れましょう。

*** 気を付けること**

下痢・嘔吐を繰り返すと脱水症状を起こすことがあるので、塩分・糖分を含んだ飲み物(OS-1などの経口補水液)を少量を頻回に飲むようにしましょう。



正しい手洗いをしましょう



すくすくひろばでは、子どもさんが楽しく手洗いできるように工夫しています。

先月の利用状況

1日あたり(2~9人)

鼻副鼻腔炎 咽頭扁桃炎 胃腸炎 手足口病 アデノ (多い順)

	全体合計	0~3歳未満	3歳~5歳未満	5歳以上
高砂市	78人	56人	14人	8人
加古川市	32人	21人	5人	6人
その他の市	2人	0人	1人	1人
合計	112人	77人	20人	15人

* * * * *
 病児保育室の詳しいご案内は
 こばやし小児科ホームページを
 ご覧ください♪
 (院長のブログも掲載中！)
 * * * * *
 パンフレットも受付にあります！
 お気軽に声を
 おかけくださいね(^^)
 * * * * *