



梅雨はまだ続いていますが、暑さも日々増していき、本格的な夏の季節もすぐそこまで来ています。この季節は暑さから疲れが出やすく、食欲不振や睡眠不足などで体調を崩しやすい時期です。これから夏のピークに向けて暑くなりますので、暑い夏を健康に過ごすためにも、しっかり食事をとり、早寝早起きを心掛け、水遊びや沐浴で汗を流しながら気持ちよく夏を乗り越えていきたいですね！



夏に多く見られる皮膚トラブルのひとつ、

あせも ・ とびひ

★あせもとは・・・

大量の汗をかくことで汗腺が詰まり、皮膚内部に汗がたまって生じるトラブルです。たくさん汗をかいた後、放置するとあせもなどの皮膚トラブルを引き起こすため、自分で汗をふけない小さな子どもはとくに、あせもがでやすいです。あせもは頭や額、首まわり、ひじの内側、足のつけ根やお尻、ひざの裏側など、汗をかきやすく、たまりやすい部位にでやすいです。



新しい手作りおもちゃを
作りました☆彡

★さらに！！

かきこわして化膿すると、とびひなどの感染症を引き起こすこともあります。とびひを放っておくと、かきむしって症状が広がる可能性があるため、早期の治療が大切です。



大好きな
アンパンマンたちを
転がして、とても
楽しんでます♪

★あせもを防ぐために・・・

乳幼児→おむつはこまめに取り替える

直接肌にあたる衣類は、吸水性・通気性が高いものを選ぶ
汗をかいたら、こまめに乾いたハンカチやタオルでやさしく拭き取る
大量に汗をかいたら、ぬるめのシャワーや沐浴で汗を流す

子ども→自分で汗をふくように声をかける

汗をかいてかゆくなくても、かかないように気を付ける
かゆみ強い場合は、冷たいタオルなどで冷やす



パッチン
カエル
たか〜く
とんで
びっくり！

★とびひになってしまったら・・・

夏場は汗をかくので毎日入浴し、皮膚を清潔にしましょう。浸出液などが周囲に接触しないように患部に軟膏を塗ったり、傷にくっつかない被覆材で保護したりすることも大切です。また、手洗いを習慣化し、爪を短く切って、皮膚を傷つけないように注意しましょう。



先月の利用状況

1日あたり(0~3人)

鼻副鼻腔炎 咽頭扁桃炎 胃腸炎 突発性発疹 外傷(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	13人	10人	3人	0人
加古川市	12人	8人	1人	3人
その他の市	0人	0人	0人	0人
合計	25人	18人	4人	3人

