

# 「キッズケア・しらはま」だより

梅雨に入る月となりました。湿度も上がり、晴れ間には気温も急上昇することもあります。こまめな水分摂取やエアコンの利用で熱中症を防ぎ、元気に過ごしたいですね。



## 6月4日～10日は「歯と口の健康習慣です」

虫歯菌が糖類をえさにして酸を発生させて、歯を溶かしていくのが虫歯です。だ液の質と量や、虫歯菌の数、糖類の量と滞留時間、歯の質、歯磨きの回数や方法が関係しています。ブクブクうがいができるようになる2歳頃からは、自分で歯磨きをしたあと、大人がブラシで仕上げてあげるといいでしょう。食後の歯磨き習慣を大切にしていきましょう。



## キッズケアでの様子

小学生の利用があったため、休憩を取りながらじっくり時間をかけて、こいのぼりや兜でフォトフレームを作りました。フォトフレームには塗り絵を挟んだりしてアイデアを出しながら楽しまれていました。



## 5月の利用状況

上気道炎、手足口病で利用される方が多かったです。

### ★ 手足口病の説明

てのひら、足の裏、口の中に小さな（米粒大）の発しんや水ぼうがができる手足口病。実は、おしりや皮膚の柔らかい所にもできたり、痛みや痒みを伴い発熱したりすることもある。

また、口内炎が悪化して食欲が落ち、まれに髄膜炎などの合併症を起こしたりすることがあるので、注意が必要です。

登園は、熱が下がって普段の食事ができるようになってからにしましょう。熱が続く場合や食事が普段通り取れない場合はキッズケア・しらはまを利用することができます。

### ★ 食事が思うように取れない時の対応

口の中が痛かったり、しんどかったりして水分や食事が摂れない日が数日続くと、電解質が崩れ脱水症状を引き起こすこともあります。アクアライト等の経口補水を用いて体の中へ塩分や糖分の補充を行いましょう。一気に水分を摂ると嘔吐の原因につながることもあるので、少量の水分をこまめに摂取することが効果的な水分摂取の方法です。

## キッズケア・しらはま（定員6名）

所在地：八幡浜市向灘 3063 番地

電話：(0894) 21-2853

FAX：(0894) 21-2854

対象：生後6ヶ月～小学生6年生

利用日：月～金 8:00～18:00

土 8:00～12:30

休日：日・祝日 年末年始(12/29～1/3)  
お盆(8/15)

※ 詳しくはお問い合わせください。