

6月号



お元気ですか？看護師です

こちらは、区ホームページ「就学前のお役立ち情報」でご覧いただけます↓



6月に入ると気温と湿度が上昇してきますが寒暖の差もある時期です。衣服の調節やエアコンを活用して気温や湿度の変化に体を慣らし、子どもも大人も本格的な暑さに対応できるように準備をしていきましょう。また、日々の衛生にも心がけて、元気に過ごしていきましょう。

## 歯みがきはじめていますか！



「かむ」事であごの成長を促し、歯が生えそろう事で正しい発音が生まれます。言葉を覚えていく乳幼児期に虫歯などによって歯が欠損することのないよう、毎日の歯みがきが大切です。

さあ！歯みがき！と歯ブラシを準備すると歯みがきを「いやいや」することありませんか？

どうしたらいいかしら・・・と思ったら、わかりやすい歯みがきのポイント動画があります。

足立区作成「仕上げ磨き動画(0～3歳編)」をご参考にしてください。

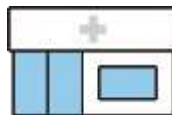
あだち仕上げみがき動画🔍



## 春から夏の感染症！

今年の春は、気管支炎や肺炎を併発しやすいヒトメタニューモウイルス感染症、下痢嘔吐が主症状の胃腸炎などの流行が見られました。初夏に向かいのどの痛みや発熱が主症状の溶連菌感染症やアデノウイルス感染症などの流行が予想されます。熱や咳・鼻水・発疹・下痢・嘔吐などの症状がある場合は早めにかかりつけ医師の診察を受けましょう。

感染症の予防策は手洗いが基本です。手洗いを日頃から習慣付けることで、飛沫・接触感染する感染症の流行の抑制につながります。手足口病やヘルパンギーナ、胃腸炎のウイルスなどはアルコール消毒薬が効きにくいので、丁寧な石けんでの手洗いが大切です。



## 4月に昨年の総数を上回る！全国的にはしか(麻疹)が流行！

1歳になると足立区から予診票が届き、MR:はしか(麻疹)・風しん予防接種が無料で受けられます。母子手帳を確認の上、まだ受けていない場合は、なるべく早く接種しましょう。