



# 6月のほけんだよ!

2026年度  
松葉保育園  
看護師

梅雨の季節がやってきました。湿度・温度ともに高くなり、また天気の変りやすいこの時期は体調を崩しやすい時期です。衣服の調節はいつも以上に気を配るようにし、バランスの良い食事・十分な睡眠をしっかりとって、本格的な夏に向けて体調を整えていきましょう。また、雨で滑りやすく、怪我も増える時期です。ご家庭でも注意して過ごすようにしてください。



## 5月の感染症

報告ありませんでした。

## 6月の保健行事

- 2日(火)15:00～ 乳児健診(たけぐみと5月の春の健康診断をお休みした園児)
- 12日(金) 身体測定(全園児)

## 予防接種について 下記は定期接種となります

期限を過ぎると自費となってしまいますので、早めの接種を推奨いたします。

|           |                                    |
|-----------|------------------------------------|
| たけぐみ      | 1歳になったら・・・MR(麻疹風疹)、水痘ワクチン1回目接種     |
| きくぐみ・ゆりぐみ | 3歳になったら・・・日本脳炎ワクチン1回目・2回目接種        |
| すみれぐみ     | 4歳になったら・・・日本脳炎ワクチン追加接種(2回目から1年あける) |
| すずらんぐみ    | 小学校入学する前までに・・・MR(麻疹風疹)2回目接種        |

※下記は任意接種となりますが、予防効果を確実にするために、2回接種が必要です。

|            |                             |
|------------|-----------------------------|
| おたふくかぜワクチン | 1回目 1歳を過ぎたら早期に接種(たけぐみ・ももぐみ) |
|            | 2回目 小学校入学前の1年間(すずらんぐみ)      |

**予防接種を受けましたら、報告用紙の提出をお願いいたします。**

報告用紙をもとに看護師が「健康の記録」の予防接種欄に追記させていただきます。

報告用紙の提出がない場合、担任よりお声がけさせていただく場合がございます。

ご協力をお願いいたします。

「うちは予防接種を受けません」というご家庭はあらかじめ担任へお伝えいただくようお願いいたします。

## <園医より>

東京都ではしかが流行しています。上記の予防接種についてでも記載していますが、まだMRワクチンを接種していないももぐみのお子様と1歳を過ぎたたけぐみのお子様、すずらんぐみのお子様はなるべく早めにMRワクチンの接種をご検討ください。ワクチンの在庫が少なくなっているところもあるそうです。

## ●食中毒について●

食中毒は、細菌やウイルスが付着したものを口にするのが原因で、湿度の高い夏場に多く発症します。吐き気や下痢をもよおし、熱が出ることもあります。血便やひどい腹痛があったり、嘔吐を繰り返す場合は、すぐに病院に行きましょう。

### 菌の種類

食中毒の原因菌はたくさんあります。なかでも、ノロウイルス、ボツリヌス菌、サルモネラ菌、黄色ブドウ球菌、病原性大腸菌、腸炎ビブリオ菌などは、特に注意が必要です。

### 毒のある食べ物

キノコ、フグ、ジャガイモの芽など、毒になる成分が元々含まれている食べ物もあるので注意しましょう。



### 予防の3原則

- ①菌を付けない  
手や調理器具、食材をよく洗います。包丁やまな板を、肉・魚・野菜用の3つに分けて使うのも効果的です。
- ②菌を増やさない  
食中毒菌は、10～40℃の室温状態で増えます。冷蔵庫の温度管理に気をつけ、作った料理は早めに食べましょう。
- ③菌を殺す  
食品の加熱は十分に行いましょう。75℃で1分以上が殺菌の目安です。調理器具も、熱湯や漂白剤で定期的に消毒しましょう。



## <すずらんぐみの保護者の方へ>

6月の個人面談で担任よりサマーキャンプの薬預かり書をお配りいたします。

**6月22日(月)～26日(金)**の間に

薬預かり書と先に預けて可能なお薬は担任へお預けください。

当日まで使用する可能性のあるお薬については、薬預かり書のみ上記期間中に担任へ提出していただき、お薬はサマーキャンプ当日の朝に集合場所にて看護師へお渡しください。

詳細については4月の保護者会でお伝えした通りです。

保護者会で確認させていただいたお薬以外に預けたいお薬がある場合は早めに担任へ伝えてください。ご不明な点がございましたら担任か看護師にお声がけください。ご協力をお願いいたします。