

新年度が始まって1ヶ月が経ち、新しく入園した子どもたちもクラスのお友達と楽しく遊ぶ姿が見られるようになりました。お天気のよい日が続き、園庭からは子どもたちの元気な声が響いています。運動をするにはよい季節ですので、親子で体を動かしてみませんか。

## ギョウ虫って？

ギョウ虫の卵が口から入るとおなかの中で成虫になり、眠っている間に肛門から出てきて卵を産みます。卵を産むと肛門周囲に強いかゆみを感じ、無意識に掻いて皮膚炎を起こしたり、かゆみのために夜中に目を覚まし寝不足になったりします。お尻を掻きむしった手で衣類や寝具を触ったり、指しゃぶりをしてしまうと感染が広がる病気です。ギョウ虫を発見するための検査では、肛門検査法という接着テープで肛門周囲をめぐり、テープに付着した虫卵が見つければ診断がつきます。



## 予防対策

- 爪をかまないようにしましょう
- 爪をこまめに切りましょう
- 肛門の辺りを直接触らないようにしましょう
- トイレの後や食事の前は必ず手を洗いましょう
- 下着、シーツは常に清潔にしましょう
- 布団は日光にあてましょう

ギョウ虫に感染してしまったら…  
もし、ギョウ虫が発見されたら、家族全員で薬を飲みましょう。飲んだ後も2週間は毎日、起床後すぐに肛門を洗い、新しい下着に取り替え、寝室の床の掃除を心がけましょう。

## 衣服調節について

朝晩と日中の気温の差が激しく、朝は肌寒いですが、日中は汗ばむ陽気となっています。この時期は半袖肌着や半袖Tシャツ、薄手のズボンなど、暑さにも対応できるお着替えを持たせていただくと、こちらで調節することができますので、ご用意していただくと助かります。



## 5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより、疲れが溜まり、眠れない、起きられない、食欲がない、イライラする、無気力などの症状が見られることがあります。ひどくなると、外出や登園もしたくなくなります。

### 5月のイヤイヤ期の脱出法は？

- ・のんびりお風呂に入って心と体の疲れを取る
- ・たくさん体を動かして元気よく遊ぶ
- ・睡眠時間をしっかりとる
- ・3食しっかり食べる

