

ほけんだより

梅雨入りをしたかと思えば、真夏のような暑さがやってきました。この時期は、まだ体が暑さに慣れていないため、熱中症をおこしやすくなります。保育所でもこまめに水分補給など声をかけていきたいと思いますが、ご家庭でも、暑さ対策や水分補給を心がけ熱中症に気を付けましょう。

～夏に気を付けたい感染症～

ウイルス感染によって起こる病気です。感染力も強いので、症状がある場合には、必ず受診をして医師の診断を受けましょう。

～咽頭結膜熱(プール熱)～

のどや目に炎症が起こり、高熱が出ます。感染力が強いため、家族みんなでこまめに手を洗い、タオルなどの共有はやめましょう。

熱や目などの症状が治まり、2日が経過、医師から感染の恐れがないと認められるまで登所できません。



★ 登所許可証明が必要です

～ヘルパンギーナ～

突然高熱がでて、数日続きます。口の中に水ぶくれができ、2～3日ほどで破れます。原因となるウイルスが複数あるため繰り返しかかることがあります。

解熱後24時間が経過し、普段通りの食事がとれるようになったら登所可能です。



★ 登所届が必要です

～手足口病～

手の平、足の裏に水ぶくれができ、口内炎では痛みのため食べる・飲むを嫌がる子もいます。ウイルスが複数あるため繰り返しかかります。

口内炎が治まり、普段通りの食事がとれるようになったら登所可能です。



★ 登所届が必要です

- 水分補給をしっかり … 暑さや熱で水分が失われると、口の中やのどに痛みが出やすく、食べるのを嫌がりがちです。アイスクリームやゼリーなど、口当たり良いものを少量ずつ食べるようにしましょう。脱水にならないように水分だけは無理のないよう飲ませてあげてください。



熱中症に気を付けましょう！

晴天時の暑い時だけではなく、湿度の高い時にも起きやすく、梅雨明けが最も発生リスクが高くなります。子どもは低年齢ほど症状をうまく伝えることができないので注意が必要です。

【主な症状】

発熱・頭痛・吐き気・息苦しさ
けいれんを起こす、意識を失うなど
の重い症状になることもあります。



【予防のポイント】

- ・ 子どもの休憩や水分補給は大人からの声かけで、こまめに行いましょう。
- ・ まだ背が低かったり、ベビーカーの利用は地表の熱をうけやすいので注意が必要です。外出はできるだけ短時間で切り上げましょう。
- ・ 海やプールなどの水辺でも、日陰で休憩をとるようにしましょう。

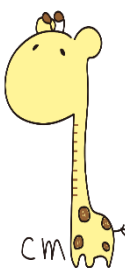
★ 環境省の熱中症予防情報サイトなどのアプリを活用することで、その日の活動を考慮し対策することができるので、ぜひ活用してみてください。



7月の身体測定

ひよこ組：10日 りす組：7日
あひる組：8日 うさぎ組：3日
ぞう組：2日 きりん組：3日

★ 乳児健診 10日 9:30～



歯科検診、眼科検診の出席、ご協力いただきありがとうございました。虫歯のあるお子さんは歯科を受診し、治療終了後、保育所へ治療確認証の提出をお願いいたします。

- ・ 6月はウイルス性結膜炎(流行性角結膜炎)、疑いも含め結膜炎の症状でお休みした子が15名いました。感染力が非常に強い感染症です。これから症状が出る子もいるかもしれません。結膜炎症状がある際には、眼科受診をお願いいたします。