

# ほけんだより

暑い季節がやってきました。梅雨に入る前から真夏日となる日もあり、今年の夏の暑さがとても心配です。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。

## ～夏に多い感染症～

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)～

急な高熱とのどの痛み、目やにや充血が見られ、全身状態の改善までに1週間ほどかかります。

感染力が強い為、発熱、目の充血などの症状がなくなってから、2日を経過し、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。 ☆ 登所許可書が必要



### ～ヘルパンギーナ～

突然の高熱やのどの痛み、乳幼児ではよだれが増える、食欲低下、不機嫌などの症状が見られます。口内に小さな水泡ができます。熱が下がり、飲食が普段通りでき全身状態が良ければ登所可能です。

☆ 登所届が必要



### ～流行性角結膜炎(はやり目)～

1～2週間の潜伏期間があり、結膜の充血や目やに、かゆみ、まぶたの腫れなどが見られます。白目や結膜の充血が著しいのが特徴です。感染力が強い為、家庭内でのタオルの共有を避け、手洗いをきちんと行いましょう。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。 ☆ 登所許可書が必要



### ～手足口病～

口内、手や足、足の裏、ひざやひじの周り、お尻などに赤い米粒のような発疹が出ます。口内が痛み、水分や食事がとりにくくなります。飲食がしにくい場合には、のど越しの良いものを与えてあげましょう。全身状態が良ければ登所は可能です。 ☆ 登所届が必要

## ◆熱中症にご注意◆

夏の暑い日ざしや、高温多湿の気候は、子どもの体に大きな負担がかかります。周囲の大人が正しい知識を身に付けて暑い夏も、安全に楽しく過ごせるようにしていきましょう。

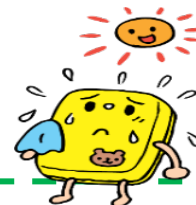
### 【なぜ子どもは熱中症になりやすい?】

子どもは体温調節がうまくできず、温度変化の影響を受けやすく、衣類の着脱や水分補給も一人で行うことが難しいため、熱中症になりやすくなります。

★ 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。

### 【予防のポイント】

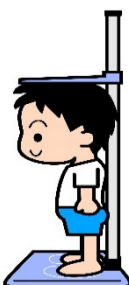
- 日中は帽子をかぶり、外出はできるだけ短時間で切り上げましょう。
- 海やプールなどの水辺でも、日陰で休息をとるようにしましょう。
- 地面に近く、アスファルトの強い照り返しを受けるベビーカーは熱がこもりやすいので、注意が必要です。
- 車の中は気温が高なくても高温になりやすいので、子どもを一人にするのは絶対に避けましょう。
- 水分は少量ずつこまめにするようにしましょう。



### 7月の身体測定

ひよこ組：11日    りす組：9日  
 あひる組：8日    うさぎ組：4日  
 そう組：3日    きりん組：2日

☆ 乳児健診 11日 9:30～



- 6月は歯科検診がありました。先日、「歯科検診結果のお知らせ」を配布しました。むし歯などがあるお子さんは、必ず歯科受診をし、最後まで治療をするようにしましょう。治療が終了しましたら、お知らせの下に付いている「治療確認証」を必ず保育所に提出してください。
- 《6月の感染症報告》
- りんご病(そう組にて数名の報告がありました)