

# ほけんだより 8月

発行日：令和4年7月26日（火）

みしま中央こども園

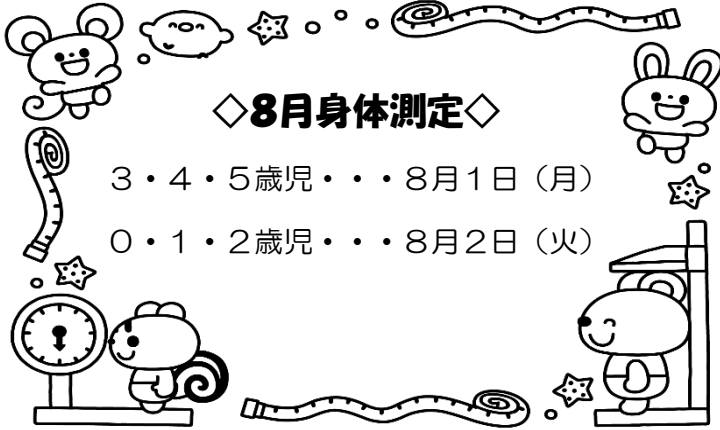
園長 中川 実

担当 近藤 眞子

本格的に暑い日が続くようになり、水遊びを楽しむ子どもたちの声が聞こえるようになりました。手足口病やプール熱などの感染症や、熱中症などの暑さによる体調不良も増える時期になりますので、体調管理に気を付けて過ごしていきましょう。

## ☆今月の看護師さんからの一言☆

夏はあせも・日焼け・虫刺されなどの皮膚トラブルが多くなります。子どもの肌は弱く、やわらかいため、ちょっとした刺激でも湿疹のきっかけとなり、大人より重症化しやすいです。またかゆみを我慢できず、掻き壊した所がとびひになる恐れもあります。こまめに汗を拭き、清潔を保ちましょう。皮膚に異常がある場合は放置せずに早めに受診しましょう。



### ◇8月身体測定◇

3・4・5歳児・・・8月1日（月）

0・1・2歳児・・・8月2日（火）



お盆期間は、かかりつけの病院が休診日になることがあります。お子さんの急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院の他、近くの救急病院の診療時間と休診日を確認しておきましょう。また、帰省される場合には帰省先の救急病院の情報も把握しておくとお安心ですね。

## 今月の健康対策 ～夏の感染症～

ウイルスの中には、夏に活発になるものもあります。今月は夏に流行する感染症の症状について紹介します。

感染した場合は、登園許可証が必要になりますので、似たような症状が見られた場合は早めの受診、休息をお願いします。

### ◇咽頭結膜炎（プール熱）◇

アデノウイルスによって感染し、39度以上の高熱、喉の痛み、体のだるさ、結膜炎といった症状の他に、頭痛、腹痛、下痢などの症状が出ることもあります。

### ◇ヘルパンギーナ◇

ウイルス性の夏風邪の一種で、のどの痛みを伴う、39度以上の高熱が2～4日間続きます。喉の奥が赤くなり、小さな水ぼうが見られるのが特徴です。下痢や嘔吐の症状が出ることもあります。

### ◇手足口病◇

手足や口の中に水ぼうや、赤い発疹が出るのが特徴で、ひざやお尻に出ることもあります。症状は、3～5日で治まりますが、その後も2～4週間は便からウイルスが出るので、周囲の人に感染しないように注意しましょう。

### ◇溶連菌感染症◇

のどの痛みや、扁桃腺が腫れる症状から始まり、頭痛、体のだるさなど、風邪の症状と同時に38～39度の高熱が出ます。発熱から2～3日経つと、首や胸、手首、足首に粟粒状の発疹が表れて、強いかゆみを伴い、やがて全身に広がります。同時に、舌に小さい発疹が現れます。