



# ほけんだより 7月号

2021年7月1日  
ゆらりん仙川保育園  
加藤 恵子

暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。体が暑さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。普段からの外遊びで体を鍛え、喉がかわいていなくても水分をこまめに摂取するようにしましょう。今月は夏に多い感染症についてお知らせします。

## 夏に多い感染症

ウイルス感染によって起こる病気です。他人への感染力も強いので、必ず受診をして医師の診断を受けましょう。

### ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ぼう、口内炎が特徴です。症状が軽ければ1～4日くらいで解熱します。



### プール熱

プールで感染することもあり、高熱が3～5日くらい続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。食事は消化のよい物を食べましょう。



### 手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうがで、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。



### 流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段より多く目やにや涙が出ます。周りの人への感染源となるので、タオルは共有しないようにしましょう。

園内で感染症の報告があった際は、玄関ホワイトボードに掲示しますのでご理解とご協力をお願いします。

### ●6月の感染症報告●

・ウイルス性胃腸炎、発熱を伴う喉風邪の報告が数件ありました。

### ●虫刺されの手当について●

- ①水でよく洗い流す
- ②虫刺されの薬をつける（刺された直後につけるのが効果的）
- ③かゆみや腫れがひどいときには冷やす

★爪は短く切る（「とびひ」の予防）

\* かゆみが強く、腫れが続く場合は皮膚科を受診しましょう

園では、流水で洗った後、かゆみ止めを塗布しています。

掻き壊さないように、爪を短く清潔にしておくことが大事ですね！

\* 看護師不在は続いておりますが、嘱託医と連携を取りながら

丁寧に健康観察を行っております。どうぞご安心ください。何かありましたら、いつでもご相談ください。

乳児が蚊に刺されると、大人よりも反応が遅く、1～2日後に症状が出る場合があります。時間が経つにつれ、赤く腫れたり、水泡ができたりし、大人よりも大きく腫れあがります。これは、虫刺されの経験が少ないためにおこる炎症反応です。薬を塗っても良くなる場合、病院で診てもらった方が安心です。