



2025年8月号  
ミアヘルサ保育園  
ゆらりん豊洲フロント  
看護師 石黒

今年も暑い日が続きますが、子どもは外気温の影響を受けやすく、暑い夏には体の中の温度が早く上昇します。そのため大人より早く熱中症にかかりやすいので、こまめに水分を取ったり、エアコンを上手に活用したりして、暑い夏を乗り切りましょう。

### 7月の感染症

\*RSウイルス感染症・・・1名

7月は感染症の診断はついていなくても、咳症状が各クラスで見られていました。近隣では「流行性角結膜炎」の発症が続いているようです。



7月に予定していた歯科健診が8月28日(木)9:30~に延期になりました。全園児対象なので出来るだけお休みせず、受診出来るようご協力お願いします。

8月の定期健診(いくら組)は22日(金)14:30~です



鼻の奥は耳(中耳)とつながっています。風邪をひいた時など鼻を強くかむと、鼻の中のウイルスや細菌が中耳に送られ、中耳炎の原因になります。

普段から、鼻水は「片方ずつやさしく」かむように伝えていきましょう。

- ① ティッシュペーパーを半分に折り、鼻に当てます。片方の鼻の穴をふさぎ、鼻から息をやさしく吹くよう声をかけます。



- ② 出てきた鼻水をつまむようにしてティッシュペーパーで拭き取ります。反対側の鼻も同じようにします。
- ③ 鼻をかむ時は、鼻水に混ざっているウイルスなどが手につきます。鼻をかみ終わったら、手を洗いましょう。

### 鼻血の時は

鼻血が出た時は、まず子どもの衣服をゆるめて楽にさせます。鼻の付け根を指で挟み、圧迫して止血します。出血が治まらない時は、鼻の穴の入口近くに脱脂綿などを詰め、様子を見ます。鼻の付け根を冷やすのもよいでしょう。20分以上出血が止まらない場合は、病気の可能性もあるので、受診しましょう。

鼻血が出た時に上を向かせると、血が喉に流れて吐き気をもよおす場合があるので、頭は下に向かせましょう。

