



2013.8月
松ヶ本保育園
保健室

毎日あつい日が続いています。今年も、熱中症で体調不良を訴える人が多数出ています。この暑さの中、松ヶ本の子ども達はプールや水遊びと毎日元気一杯過ごしております。真夏の水遊びは、まさにオアシス。水しぶきに歓声をあげ楽しむ姿を見ていると、大人も一緒に遊びたくなります。とは言え、小さな子供たちにとって、水は命をおびやかす危険なものです。今年も、プールもキレイになりました。子ども達が、思いきり水遊びを満喫できるよう安全に十分配慮していきたいと思っております。

暑さのため食欲がおちたり、寝不足など体調をくずしやすい時期です。水の事故防止・熱中症対策として、ご家庭でも皮膚の清潔や食事に気をつけ規則正しい生活を心がけることでこの夏を元気に乗りきりましょう。

☆夏かせに注意!! ☆

「手足口病」が流行しています。松ヶ本保育園でも7月中旬より、「手足口病」・「ヘルパンギーナ」の感染報告がありました。保育園では、あっという間に感染が拡大しております。「手足口病」「ヘルパンギーナ」は、夏に流行するウイルス感染症です(一般に“夏かせ”と呼ばれています)。「手足口病」は、微熱程度であるのに対し、「ヘルパンギーナ」は、高熱です。どちらも「エンテロウイルス」の感染症で、口腔内に水疱や潰瘍が出来ます。今年も、手足に発疹が出来る「手足口病」も38~39度の高熱の子ども達が多いことです。いずれも、この暑さによる疲れも重なって、体力・抵抗力が低下していると思われます。熱がでた時には、必ず受診して感染症の有無を確認していただくと共に、「熱が下がった時、登園してよいか?」そして、「プールに入ってもよいか?」なども合わせてかかりつけ医とご相談ください。

8月1日(木) 身体計測(0、1歳児)
8月2日(金) 身体計測(2~5歳児)
8月26~30日 聴力検査(4・5歳児)

8月の保健行事予定

夏に多い感染症に気をつけよう



《咽頭結膜熱(プール熱)》

38~39度の高熱が、5日程度続き、結膜炎、のどの痛みやリンパ節の腫れなどの症状がでます。

原因はアデノウイルスで、タオルの貸し借りなどから感染することもあります。プール熱ともよばれます。



《ヘルパンギーナ》

突然の高熱が3日間ほど続き、のどの痛みやのどちんこの辺りに水疱ができます。いわゆる、夏かせの代表的なもの。

のどの痛みがひどい場合、飲食できずに脱水症状を起こすことがあるので、注意が必要です。



《手足口病》

手や足の先など四肢や、口の中などに水疱状の発疹ができる伝染性のウイルス性感染症です。発熱、口腔内の痛みから食欲不振などの症状が出ます。

1週間~10日ですべて自然に治癒します。



☆この夏もやっぱり注意
手洗いうがいは忘れずに!!

☆夏は栄養バランスの良い食事を
冷たい飲み物は控えめに!!

☆糖分の多いジュースはさけて
お茶や水にしましょう!!

外遊びのとき忘れずに

- 帽子 直射日光から頭を守ります。
- 水筒 水分補給はこまめに。
- タオル
- 着替え 汗や水遊びも、これで安心。

つめ伸びていませんか?

虫刺されや、汗をかいてかゆみのあるところをかきむしると、傷口に細菌が感染して「とびひ」(伝染性膿痂疹)になる恐れがあります。

●1週間に1回は、つめの長さをチェック!!

