

# 7月 ほけんだより



社会福祉法人 智雲山福祉会 こがね保育園 令和 6年 6月 28日(金) 発行

梅雨で蒸し暑い日があったり、肌寒いような日があったり、天気が変わりやすいこの時期は体調を崩しやすいので衣服の調節など注意していきましょう。咳が長引く子、RSウイルスにかかった子とみられましたが、現在は終息しています。7月はプール遊びが始まりますので、体調を整え楽しい夏遊びができるようにしていきたいですね。



## 夏に多い感染症



**ウイルス感染**によっておこる病気です。他人への感染力も強いので、必ず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、口の中の水泡、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。

### 流行性角結膜炎 (はやり目)

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。

### プール熱

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

### 手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうがができ、発熱する事もあります。食事は喉越しの良い物を食べましょう。

## ✕ プールに入れない病気

- ヘルパンギーナ** 症状が治まっても数週間、便やよだれにウイルスが出る事があるので要注意
- 手足口病** "
- プール熱 (咽頭結膜熱)** プールの水を介して感染する事が多かったのでプール熱と呼ばれるが、水質管理管理で感染拡大の予防は可能
- はやり目 (流行性角結膜炎)** 発症してから1週間程度は登園禁止
- とびひ** 体の接触により感染することがあり、症状の悪化を防ぐためにもプールは避ける
- 下痢** 0157等の食中毒による下痢は便から感染する事があるのでプールは避ける
- 頭じらみ** 薬で治療(成虫を駆除)すれば感染力はなくなるが、卵には効果がない
- 急性中耳炎** 悪化する事があるので症状がある間はプールは避ける

## ○ プールに入れる病気

- アトピー性皮膚炎** かきこわしてじくじくした場合はプールは避ける
- アレルギー性結膜炎** 症状が安定していればOK プールの後はよく目洗いをする
- 水いぼ** かゆがってかきこわしている時は、傷の手当てをしっかりとって予防の為にラッシュガードを着用する
- 渗出性中耳炎** 係りつけ医に確認する 症状が安定していればOK 痛みや発熱がある場合はプールを避ける

### お願い

これらの感染症を予防するには手洗い・うがい大切です。異常がある時は必ず通院し、医師の指示に従いましょう。



## プール遊びが始まります

いよいよみんなが楽しみにしていたプール遊びが始まります。毎日、お子さんの健康状態をみて、かせ気味・熱がある・お腹の調子が悪い・発疹があるなど、水遊びを控えた方がよいと思われる時は登園時にお知らせ下さい。

※毎週(火)は、爪チェックを行っています。ご家庭でもチェックをお願いします。ケガやとびひの原因になります。



戸外で強い日光にさらされた為におこるのが**日射病**。暑い所に長時間居た為におこるのが**熱射病**です。日射病と熱射病を含めて**熱中症**といいます。締め切った車の中などは、かなりの高温になるので子どもを車の中に置いての買い物や寝かせたままは危険です。絶対にやめましょう。また、小さい子どもさんはベビーカーでの熱中症にも注意して下さい。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の中は、かなりの高温になっています。日差しをよける為にレインカバーなどをかけるなど、熱がこもって蒸し風呂状態になることもあります。日差しの強い時のベビーカー移動は、なるべく避けてあげて下さい。

## ほけんの日

染め出しが初めてのうめ組さん。「いいにおい」「ピンクかわいい」などワクワク・ドキドキを始めました。ピンクに染まった歯を見た時は目が点でしたが、鏡を見ながら綺麗にブラッシングすることができました。**[7月の予定]**：「危険な虫」のお話をしたいと思います。

鏡を見て綺麗にブラッシング

ピンクな歯!

