



ほけんだより 7月

はじめじめした梅雨が終わると、いよいよ夏も本番です。今月は子どもたちが楽しみにしている水遊び、プール遊びが始まります。こまめな水分補給と規則正しい生活を送り、この夏も元気に過ごしましょう。

いよいよプール開き!

お手紙でもお知らせいたしました。いよいよプール遊び、水あそびが始まります。元気に楽しく遊べるよう、ご家庭でも毎朝の体調チェックをお願いします。

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 朝食は食べましたか？ | <input type="checkbox"/> 爪は短くしていますか？ |
| <input type="checkbox"/> 睡眠は十分にとれましたか？ | <input type="checkbox"/> 髪は短く切っていますか？ |
| <input type="checkbox"/> 下痢や咳、鼻水などはありませんか？ | <input type="checkbox"/> 耳だれや目やに、充血はありませんか？ |
| <input type="checkbox"/> 機嫌はいいですか？ | <input type="checkbox"/> 皮膚は異常はありませんか？ |



こんな症状があるときは プールに入れません。



- せき・鼻水・下痢や腹痛。
- 湿疹や傷が化膿している(とびひなどは専門医の許可を得る)。
- 薬を飲んでる。
- 熱がある。
- 目(結膜炎など)・耳の病気(中耳炎、外耳炎)。
- アタマジラミ、ぎょう虫卵陽性…プールが始まるまでに治しましょう。

※水あそび・プールあそびの後はたいへん体が疲れます。早く寝るなどして疲れを残さないようにしましょう。

気をつけよう！夏にはやる病気

夏に気をつけたい感染症。代表的な3つをあげてみました。気になる症状があったらすぐ病院へ。

- ・ヘルパンギーナ…高熱とのどの痛みが特徴で、のどに水泡や潰瘍ができて痛みが強い。
- ・プール熱(咽頭結膜炎)…高熱とのどの痛みの他、目の充血やかゆみなどが出る。
- ・手足口病…手のひらや足の裏、口の中などに小さな発疹が出る。熱が出ることもある。

～水ぼうそう・RSウイルスに注意しましょう～

新型コロナウイルス5類移行から1か月以上がたち、いま子どもたちの中でいろいろな感染症が同時流行しています。園でも先月から、RSウイルス感染症、水ぼうそう、夏かぜなど様々な感染症でお休みされる子どもさんが増えました。もうしばらくは、手洗い・うがい等しっかり行いながら、子どもさんの体調の変化に気をつけていただきますようお願いいたします。

2歳未満は要注意！ RSウイルス感染症

秋から冬にかけて多くなる「RSウイルス感染症」。感染力が強く、2歳までにほぼ100%感染するともいわれます。年齢が低いほど重症化しやすく、呼吸困難になったり、気管支炎、細気管支炎、肺炎などの合併症を起こしたりすることもあるので「かぜかな」と感じたら、念のため病院へ行きましょう。

38～39℃
の高熱

激しいせき



ゼイゼイとい
う呼吸音

鼻水

その症状 水ぼうそうかも

- 37～38℃くらいの発熱
- 顔、体幹、頭部にも赤い発疹がある
- かゆみの強い水ぼうそうが次々にできる



発疹の出方には個人差があり、特にアトピー性皮膚炎があれば、ひどくなる場合もあります。発疹が見られたら、すぐ受診を。すべての水ぼうそうがかさぶた化したら、医師の診断を受け、許可を得てから登園してください。ウイルス性の病気ですが、重症の場合は内服薬もありますので、医師と相談しましょう。