



ほけんだより 8月

いよいよ夏本番！猛暑日が続きますが、子どもたちは暑さに負けず元気にプール遊びを楽しんでいます。まだまだ続く暑い夏。暑さにまけない体づくりのためにも食事、睡眠、休息をしっかりとって、この夏をのりきりしましょう。

「熱中症？」そのときに

子どもたちが大好きな夏ですが、熱中症には注意を。子どもに異変があったら、すぐに手当をして重症化を防ぎましょう。



① 涼しい場所へ移動する

風通しのよい日陰や涼しい室内に運んで寝かせ、服のボタンやベルトを外す。



② 体を冷やす

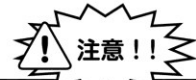
ぬらしたタオルで体をふき、うちわや扇機風の風を当てて体にこもった熱を逃がす。



③ 水分を少しずつ与える

麦茶や子ども用のイオン飲料などをひと口ずつ与える。一度に飲ませず、様子を見ながら。

- ☐ 冷やしたタオル
 - ☐ タオルに包んだ保冷剤
 - ☐ 冷えた缶ジュース
- などを挟んで冷やすと効果的



注意！！

39℃以上の発熱があり、ぐったりして意識がないときは救急車を呼びます

りんご病に注意しましょう

今年は全国的にりんご病(伝染性紅斑)が流行しました。園でも6月ごろから発症する子どもさんが増え、今も数名ですが、感染の報告がありますので、ひき続き子どもさんの様子には気をつけていただきますようお願いいたします。又、熱や鼻水、目やになどの症状がある子どもさんも増えています。アデノウイルス感染症と診断された子どもさんもありますので、気になる症状がある場合は早めの受診をお願いします。

目の症状に気をつけて

目の症状が気になったら、アデノウイルスによる感染症かもしれません。感染力が強いので早めに受診しましょう。

プール熱(咽頭扁桃結膜熱)

<症状> 発熱、のどの痛み、鼻水、目の充血、目やに

症状が消えて2日経過するまで登園停止です。

はやり目(流行性角結膜炎)

<症状> 目の充血、目やに、涙、まぶたの腫れ
症状が治まり、医師の許可がでるまで登園停止です。

※どちらも登園には「意見書」が必要です。

りんご病(伝染性紅斑)

症状

- ほほがリンゴのように赤くなり、盛り上がる
- 腕、足、おしりに網目状の発しんが出る
- 熱はあまり出ないが、かぜのような症状が出ることもある
- 発しんはかゆみを伴うこともある

ケア

- 症状がよければ特別な治療は必要ない

症状が出た時点ですべてに感染力はないので、登園停止の必要はありませんが、症状に応じて登園の相談をしましょう。

妊娠中の人がかかる
と胎児に異常が出る
ことがあるので、接
触に注意しましょう。

