



保健だより 7月

令和6年 6月28日
さつき認定こども園
看護師 嘉手苺



梅雨も明け、子供たちが楽しみにしている水遊びの季節がやってきました。水遊びは意外と体力を消耗するため、夜は早めに寝かせ朝食をしっかりと摂り、体調を整えて水遊びをたのしみましょう。

夏に多い感染症

ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ぼう、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。

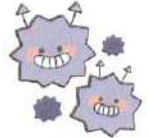


手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうがで、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。



ウイルス感染によって起こる病気です。他人への感染力も強いので、必ず受診をして医師の診断を受けましょう。



プール熱

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

流行性角結膜炎

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。



プールの事前準備



* 耳、鼻、喉、目、皮膚の病気は治療を済ませておきましょう。

また、治療中の病気などがあれば、事前にお知らせください。

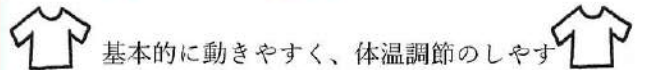
* 爪を切りましょう。長いと怪我の原因となります。

こんな時はプールに入れません。

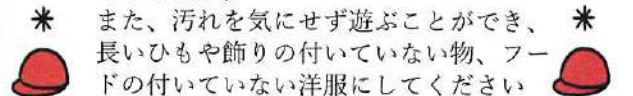
- ・ 熱がある。または、前日に熱があった。
- ・ 鼻水が出ている。
- ・ 喉やその周りが赤い、喉に痛みがある。
- ・ 目が赤く充血している。
- ・ 普段より多く目やにが出ている。
- ・ 普段より多く耳だれが出ている、耳の痛みを訴える。



園での服装について



基本的に動きやすく、体温調節のしやすい通気性、吸水性のある服装でお願いしております。



また、汚れを気にせず遊ぶことができ、長いひもや飾りの付いていない物、フードの付いていない洋服にしてください（ひもや飾りは遊具にひっかかるなど、思わぬ事故の原因となります）ご協力をお願いいたします。

