

ほけんだより

令和6年7月



子ども達が楽しみにしているみずあそびが7月8日から始まります。暑い夏、子どもは元気そうに見えても体は疲れています。暑さによる体力低下に伴い、感染症にかかりやすくなるので、体調管理に気を配りましょう。



感染症は「おしらせ」の用紙を提出して登所となるので、保育所までご連絡ください。

手足口病

手のひらや足の裏、口の中に小さな水泡や赤い発疹がで、熱がでることもあります。

3～5日で治りますが、まれに髄膜炎などの合併症を起こすことがあるので、頭痛や嘔吐を伴う発熱が3日以上続くときは、すぐに受診しましょう。

ウイルスは2～4週間便に排出されるので注意しましょう。

※熱が下がって、1日以上過ぎ、いつもどおり食事が出来てから登所しましょう。

ヘルパンギーナ

夏かぜの一種で、飛沫感染します。2～7日の潜伏期間があります。38℃～40℃の高熱、のどの奥に水泡がで、破れて潰瘍になるといった症状が現れます。5～6日のうちにはよくなりますが、安静が必要です。

※熱が下がって、1日以上過ぎ、いつもどおり食事が出来てから登所しましょう。

プール熱

アデノウイルスによる感染症。39℃前後の高熱が続き、喉の痛み・咳・目やに・目の充血が見られます。頭痛・吐き気・腹痛・下痢を伴うこともあります。

感染力が強いため、兄弟間での感染に注意しましょう。症状が治まってもしばらくはプールをお休みしましょう。

※発熱、咽頭炎、結膜炎などの症状が消えてから、2日経過するまで登所できません。

とびひ

虫刺されや湿疹に、細菌が入り感染します。水泡がで、破れやすく痒みもあり、掻きむしるとうつります。病院を受診して爪でひっかかないようにガーゼをあてておきましょう。

水いぼ

ウイルスに感染してできるいぼです。あわ粒大のいぼが胸や腹、わきの下などにできて広がり、いぼがつぶれて液が付くとうつります。

※とびひ・水いぼは患部が乾燥するまでプールは控えましょう。

プールOK? チェックリスト

□熱は何度ですか？

解熱しても1～2日は入水を控えましょう。

□食欲はありますか？

□前日、よく眠れましたか？

□目やにや充血はありませんか？

昼間も目やにや充血が見られるようなら、結膜炎のおそれもあります。

□せき・鼻水は出ていませんか？

食欲がない、発熱などの全身症状がなければ、基本的には心配ありません。

□皮膚に異常はありませんか？

傷やただれがあって乾燥していない場合は、プールは避けたほうが良いでしょう。

溶連菌感染症

細菌による感染症。喉の痛み・腫れ・高熱が出て、全身に発疹・舌にイチゴ状の赤いブツブツが現れます。咳やくしゃみなどでうつる感染力の強い病気です。

熱がある時は水分補給を十分に行い、喉の痛みがひどいときは、熱い物や刺激のある食べ物は避けましょう。

急性腎炎やリュウマチ熱の危険があるので、薬の服用は重要です。

※抗菌薬を飲んでから24～48時間は登所できないので、注意しましょう。