

ほけんだより7月号

令和4年
大和保育所

暑さに慣れていない時期に梅雨明けになり、気温が急上昇している今年は、特に熱中症予防のために、規則正しい生活をし、のどが渇いていなくても、こまめな水分補給を心がける必要があるでしょう。

保育所では、感染症・熱中症対策など健康管理・安全対策を十分気を付けてたくさん遊び、病気に負けない体づくりをしていきたいと思ひます。引き続き、登園前の健康チェックと感染予防のご協力をお願いします。

6月に多かった病気

エンテロウイルス感染 1名
突発性発疹 1名
細菌性結膜炎 3名
目やに・嘔吐・下痢
中耳炎 3名

3歳以下のクラスで、左記の病気や症状が流行りました。
暑く多湿な環境で、体力や免疫力が十分育っていない乳幼児は、疲れやすく体調をこわしやすいようです。また、回復にも時間がかかり、微熱や鼻水だけが続く時、受診し中耳炎や結膜炎が分かっています。(下記参照を) **エンテロウイルス**は、下記のような夏風邪の原因ウイルスの一つです。また、下痢嘔吐を伴う急性胃腸炎にもなります。**風邪を甘く考えていると、中耳炎・嘔吐下痢・結膜炎・気管支炎などの病気につながります。**
手洗いをこころがけ・規則正しい生活をしましょう。

眼の病気 (結膜炎)

アレルギー性 (ハウスダスト・花粉・PM・紫外線など) と感染性 (細菌・ウイルス) がありますが、**目の充血、多くの目やにや涙、ゴロゴロした違和感、かゆみ**などで眼をこすっている場合、早めに診てもらってください。

流行り目 (ウイルス性)

症状も激しく、短期的に**集団発生**し**非常に感染力が強い**ので注意が必要です!!

症状: 目の充血・多くの目やに・涙・リンパ節の腫れや痛み

診断を受けたら、医師の指示に従い**登園許可を得て登園して下さい。**

家庭内感染に注意し、タオル・洗面器など家族で共用はひかえましょう。

◇◇夏・注意したい感染症◇◇

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、のどの痛み、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。

7月19日から水遊びが始まります!

水遊びは「皮膚」「筋肉」「血管」を刺激し、**筋肉の発達・抵抗力が高まる・気持ち解放され、ストレス発散・自律神経の発達**などの効果が期待できます。

子ども達がだいすきな水遊びを、元気に楽しく遊べるように「朝の健康チェック」をお願いします。水遊びの後は、たいへん疲れます。

早く寝るなど翌日に疲れを残さないようにしましょう。

毎朝のチェック ~ 水あそびの前に ~



十分な睡眠がとれていますか?



食欲はありますか?



朝食後の排便はどうですか?



熱はありませんか?

こんな時は水遊びはやめましょう。

- ◇熱がある。または、解熱後2日以上経っていない。
- ◇かぜ薬を飲んでいる。
- ◇鼻水が多い・のどの痛みがある。(感染症・)
- ◇傷が化膿している。(とびひ・)
- ◇目やにが多く、目が赤く充血している。(結膜炎・)
- ◇耳だれが出ている、耳の痛みを訴える。(中耳炎・)
- ◇下痢や腹痛がある。

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

手の平や甲、足の裏や甲、口の中に水ぼうがで、発熱することもあります。入浴時など子どもの体に見慣れない**ツブツブがある時は、早めに診察を受けて下さい。**集団生活ではよだれや咳で大流行してしまいます。