



7月のほけんだより

R6年7月 ハート保育園

暑い季節がやってきました🌞園では発熱・咳・鼻水のある子が多く、手足口病も流行っています。県内ではコロナも増加しています。本人・ご家族が罹った際は、園にも報告をお願いします。

🌸6月の園の感染症状況 手足口病：3名 新型コロナウイルス感染症：1名

1. 手足口病

原因となるウイルスに感染すると、手のひら、足の裏、口の中に小さなみずぶくれ（発疹）が出来る病気です（その他の部分に出来ることもあります）お腹や背中に出る子もいます。中には下痢をする子もいます。1週間程で回復します。当園では発疹が枯れてから・また食事が取れてからの登園をお願いしています。

2. ヘルパンギーナ：風邪の代表的なウイルスです。突然の高熱（39℃前後）とのどの中に小さな水疱（口内炎）が出来るのが特徴です。ツバを飲むのも痛いので食欲がなくなることも、3日前後で熱は下がり1週間ほどで回復します。

* 1, 2に関しては、症状に応じたお薬が処方されます。手足口病に関しては、発疹が消えてもウイルスが2週間ほど便や排泄物から排出されます、石鹸で手洗いしましょう。

3. プール熱（咽頭結膜熱）

39℃前後の高熱がでて、のどの痛みが強く、のどが真っ赤になります。目の充血、目ヤニなどの結膜炎症状が出ます。症状は3～5日間くらい続き1週間ほどで回復します。感染力の強い風邪で、プールの時期に感染が多くみられることから「プール熱」ともいわれています。特効薬はなく、症状に応じて対処療法となります。

発熱や目ヤニなどの症状が消えた後、2日を経過するまでは出席停止です。

☆最近、爪の長い子が多くみられます。遊びの中でお友達を引っ掻いてしまったり、虫刺され等を掻き壊しとびひになる事もあります。ご家庭での爪切りをお願いします。

☆熱くなり熱中症の話を聞くようになりました。熱中症を防ぐためには①気温や注意報をよく見る。②水分補給は頻回に行いましょう。③無理をしない（体調が悪くなった時、元気でも顔が赤く汗を大量にかいている時は、涼しい場所で休ませ水分を取らせましょう）

④生活リズムを整える（早寝早起きで体調を整えましょう）