

ほけんだより 7月号



暑い日が増えてきて、夏の始まりを感じさせる季節になってきましたね。熱い中でも夢中になって遊ぶ子どもたちは、汗をかくだけでもとても体力を消費します。また、あせもや虫刺されなどの肌トラブルを抱え始めたお子さんも増えてきました。皮膚の清潔や食事に気をつけ、気分を爽快にあげたいですね。

今月の保健行事

7月4日(木) 14:00~

内科検診

※当日欠席の場合は個別に
予約・受診をお願いします

虫から身体を守るために！！

★蚊に刺されないようにするためには
二酸化炭素や熱、汗のおいなどを好みます。長袖・長ズボンを着用するなどして、対策をしましょう

★蜂に刺されないようにするには
見かけてもいたずらしたり、巣に近づかないようにすること、香水・ヘアスプレーなども避けましょう。

※保育園ではお子様への虫除けスプレー・塗り薬・シールタイプ等（医師に処方されていないもの）の対応はできかねます。
必要な場合は、ご家庭にて登園前に対処をお願いします

夏風邪の時期です！

夏に気をつけたい夏風邪は、冬とは異なり高温多湿を好むタイプのウイルスです。

夏風邪は、よく『寝冷え』と混同されますが、『寝冷え』は睡眠中の体温調節の乱れから鼻水や下痢を起こすことで、ウイルス感染によるものではありません。

夏風邪は、咳や鼻水が少なく、肺炎に移行することはあまりありませんが高熱が出たり喉が赤く腫れ上がったり、体に発疹が出たり目が充血するというのが特徴です。

基本的には“風邪-ウイルス感染症”なので治療薬はありませんが、熱や咳の対症療法としては薬は出ますので、安静にしてください。

登園届など必要になる場合もあるので、受診をお願いいたします。

代表的な三大夏の感染症！



ヘルパンギーナ

突然の高熱とのどの痛み、口の中の水泡、口内炎が特徴です。症状が軽ければ、1~4日で解熱します。



手足口病

主に、手のひら、足の裏、口の中に水泡が出来、発熱することもあります。食事はのど越しの良いものを食べましょう



流行性角結膜炎

眼が腫れ、充血し、普段より多く目やにや涙が出ます。周りへの感染源となるのでタオルの共有はしないようにしましょう