



7・8月のほけんだより

令和3年7月1日発行
戸塚愛児園

まもなく梅雨も明け気温の高い日が続きます。これから本格的な夏が始まります。夏は暑さのために食欲がなくなったり、体力を消耗したりと体の調子を崩しやすい時期です。そこで、こまめに水分補給や休息、栄養をとり体調管理に気を付けましょう。



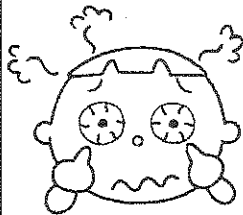
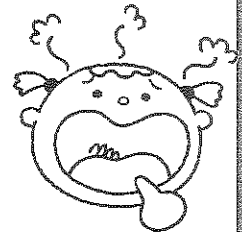
気を付けよう夏にはやる病気



夏に気をつけたい感染症。代表的な3つについて、主な症状を挙げてみました。気になる症状が見られたら、すぐに病院へ！

ヘルパンギーナ

夏かぜのウイルスで、38～39℃の高熱が2～3日続きます。のどの奥に赤いブツブツができ、それが黄色っぽくなって水泡ができると、かなり痛む（乳児はミルクが飲めないほど）ため食欲がなくなります。

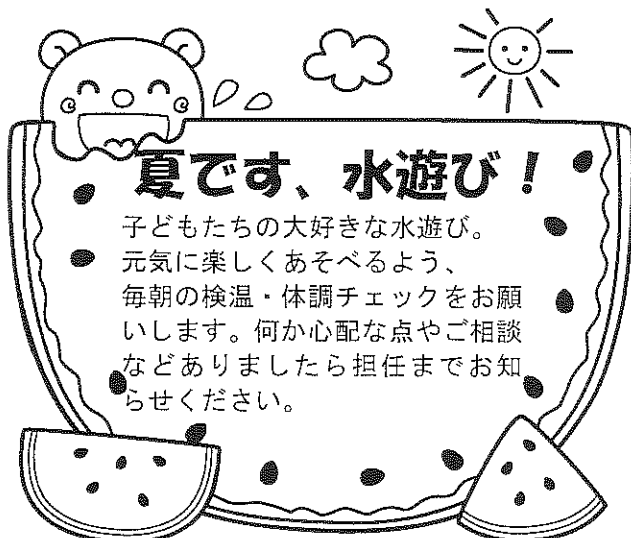
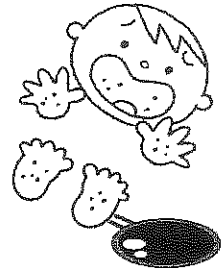


プール熱（咽頭結膜熱）

39～40℃の高熱と、のどの腫れと痛み、目の充血が症状です。乳幼児の場合下痢や嘔吐が強く出ることがあります。4～6日で熱が下がり、目の赤みもなくなります。アデノウイルスの飛沫感染、消化管からの感染によって起こり、プールでうつることが多いのでプール熱と呼ばれます。

手足口病

手足や口の中に小さな水泡ができます。口内炎のために食欲が落ちたり、軽い発疹やのどの痛みが出ることもあります。症状も軽く、発疹も2～3日で消えます。ウイルスの飛沫感染で起こり1～3歳が最もかかりやすいといわれています。



夏です、水遊び！

- 子どもたちの大好きな水遊び。
- 元気に楽しくあそべるよう、毎朝の検温・体調チェックをお願いします。何か心配な点やご相談などありましたら担任までお知らせください。



1年のうちでも5～9月は紫外線の多い時期。外に出るときは、必ず帽子をかぶるようにしましょう。帽子は、つばが広く、通気性のよい素材のものがおすすめです。

帽子をかぶりましょう