



ほけんだより



南御座保育園

梅雨に入り、じめじめと蒸し暑い日が続いていますが、晴れ間には太陽の日差しが夏を感じさせてくれる季節になりました。温度や湿度管理に十分気をつけて、元気に過ごせるようにしていきたいと思います。

夏に流行する感染症

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。

<登園のめやす>

熱が下がって口腔内の水疱・潰瘍の影響なく、普通の食事が取れること。

手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうがで、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。



<登園のめやす>

熱が下がってから1日以上経過し、普通の食事がとれるようになってから。

ウイルス感染によって起こる病気です。
他人への感染力も強いので、必ず受診をして医師の診断を受けましょう。



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、喉の痛み、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。

<登園のめやす>

発熱、充血等の主な症状が消失した後2日経過していること。

おうちで休むときは…… 水分補給をしっかりと！！

暑さや熱で水分が失われると、口の中やのどに痛みが出やすく、食べるのをいやがりがち。アイスクリームやゼリーなど、口当たりのどごしの良いものを少しずつとらせるが、脱水にならないように水分だけは飲ませるようにしましょう。



具合が悪いときは…

- 早めの受診
- 「安静」も大切なくすり

子どもは、熱の出はじめは比較的元気です。しかし、ウィルスや細菌と戦って次第に体力が落ちてきます。体力の落ちているときに、無理をすると回復が遅れます。症状が治まっても、一日は家庭でゆっくり休息をとってから登園しましょう。

新型コロナウイルスが5類に分類されてイベント等緩和されるようになりました。

ですが、季節性インフルエンザとともにまだ流行が見られている状態です。

お子様の体調の変化に留意しながら、今から訪れる暑い季節をみんなで乗り切りましょう！！