



令和7年7月1日
ニチキッズ
小祿保育園



暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。体が暑さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。のどが渇いていなくても水分をこまめに摂取するようにし、暑さに負けずたくさん遊びましょう！

夏に多い感染症

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。



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。

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。



流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段より多く目やにや涙が出ます。周りの人への感染源となるので、タオルは共有しないようにしましょう。



プール前チェック



今年もプール遊びがはじまります！

プールの前は必ず、お子さんのその日の

健康状態をチェックしましょう！

体調によっては、プールに入れない場合があります。

以下の症状のほかに、気になる症状がある場合はご相談ください。

こんな時はプールに入れません。

- ・熱がある。または、前日に熱があった。
- ・鼻水や咳が出ている。下痢をしている。
- ・爪が伸びている。
- ・目やにが多く、目が赤く充血している。
- ・湿疹など皮膚に異常がある。
- ・耳だれが出ている、耳の痛みを訴える。



暑い時は汗や皮膚で体温調整しますが、体温調整がうまくいかず体温が上昇し体のバランスが破綻すると熱中症に！。子どもは暑くても激しく動いたり、体が気温に対応できなかったり、熱中症にかかるリスクが高いため注意！帽子をかぶり水分補給をする、涼しい場所で休憩するなど熱中症にくれぐれもご注意ください。

○日焼け止めはベビー用などの表示があるものを使用してください。ただし園で職員が塗ってあげることはできません。保護者の方の判断でうちで塗ってから登園してください。