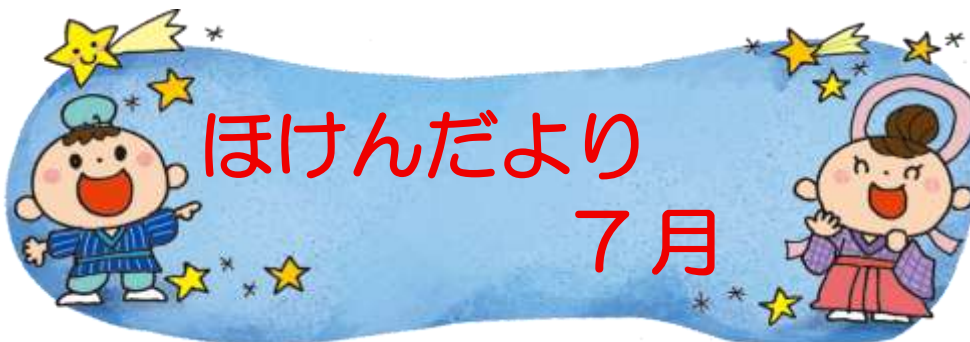




2026 年
7 月 1 日
ニチイキッズ
たひ西保育園

日差しが強くなり、いよいよ本格的な夏の始まりですね！暑さに負けず元気いっぱい遊ぶ子どもたちですが、たくさんの汗をかくことで、私たちが思う以上に体力を体の中で使っています。同時に、あせもや虫刺されなど、お肌のトラブルも気になり始める頃です。お家でも「こまめなシャワーや着替え」で肌をきれいに保ち、しっかりご飯を食べて、この夏を元気に乗り切りましょう。



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

① 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。

② 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。

③ ヘルパンギーナ

突然の高熱とどの痛み、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。

