



ほけんだより 7月号



令和4年6月30日
軽野保育園
看護師 工藤由子

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。普段からの外遊びで体を鍛え、喉がかわいていなくても水分をこまめに摂取するようにしましょう。



夏に多い感染症

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。

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。



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。



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。



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。



楽しいプール遊びのために

7月は子ども達の大好きなプール遊びが始まります。楽しく安全に遊べるようにご家庭で以下のことをお願いします。

- ◎お風呂に入り体や髪の毛を清潔にしましょう。
- ◎爪は短く切っておくようにしましょう。
- ◎水いぼなどの皮膚の病気や中耳炎などの耳の病気、その他、目や鼻の病気のあるお子さんはプール遊びが始まる前に治療を済ませるか、プール遊びをしても良いかを医師に確認しておきましょう。



尿検査のお知らせ



7月7日(木) 予備日7月8日(金)

対象 ほし・そら・つばさ組の園児

前夜は寝る前にトイレへ行き、起床後はすぐに採尿して下さい。出始めと最後の尿は採取せず、中間の尿を取るようにしましょう。検査結果に影響する場合がありますので、前夜はビタミンCが入った果物やジュースなどは避けましょう。



先日、つばさ・そら組さんと「上手な手の洗い方」を一緒にお勉強しました。みんな歌に合わせて上手に手を洗っていました。「あわあわ 手洗いのうた」という歌です。風邪・感染症予防にぜひ、ご家庭でもやってみてください♪

