



7月のほけんだより

社会福祉法人
伊東つくし会
ちゅうりっぷ保育園
2020年7月



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。からだ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、のどが潤いていなくても水分をこまめにとるようにしましょう。



夏に多い感染症



ヘルパンギーナ

潜伏期間は3～6日
高熱・喉の痛み・くちの中に水疱や口内炎ができます。
飛沫・接触・経口感染により感染します。鼻水、便には数週間ウイルスが含まれているので、おむつ交換には注意し、手をよく洗いましょう。



登園には登園届が必要です。

咽頭結膜熱(プール熱)

病原体はアデノウイルス。
プールでうつることもあり、プール熱とも言われます。
潜伏期間は2～14日
高熱が続く喉の痛み・結膜炎のような目の充血やかゆみが出ます。
感染力が強く、飛沫・接触感染します。
便の中には数週間ウイルスが含まれているので、おむつ交換には注意し、手をよく洗いましょう。



登園には登園許可書が必要です。

手足口病

潜伏期間は3～6日
手のひら・足の裏・口の中・お尻などに水ぼうがができ、熱が出ることもあります。水ぼうが治ってから、皮がむける場合があります。
飛沫・接触・経口感染します。
便の中には、数週間から数ヶ月ウイルスが含まれています。
おむつ交換時には注意し、手をよく洗いましょう。



登園のめやすは熱がなく、口にできた水ぼうが落ち着き普段通りの食事がとれることです。

熱中症に気をつけよう



梅雨の晴れ間に突然気温が上がった日や梅雨明けの蒸し暑い日など、体が高温に慣れていない時に起こしやすいです。

子どもは体温調節がうまくできず、温度変化の影響を受けやすいので、気をつけましょう。

家の中や車の中でも熱中症になります。

体温が高い、顔が赤い、めまい、吐き気、頭痛、汗が出ない、呼吸が荒いなどの症状が見られたら、涼しい場所で水分をとります。



脇の下など大きな血管が通っているところを冷やすと効果的です。

※意識がなく水分補給ができない場合は、救急車を呼ぶ必要があります。

※発熱、頭痛、だるいなどの症状は、新型コロナウイルス感染の初期症状に似ているので注意が必要です。

プールについて

治療中(薬をのんでいる、貼っている)は水遊び・プールはできません。
爪を切ってきてください。
朝、便がでた時には感染予防のためにお尻をきれいにしてきてください。



送迎する方や、家族の方が具合が悪い時には保育室には入らず、玄関で対応させていただきます。

職員に声をかけてください。

6月の感染症 ありませんでした