



# ほけんだより 7月号



社会福祉法人  
伊東つくし会  
ちゅうりつ保育園  
2021年7月

暑い季節がやってきました。梅雨明け直後は暑い日が続くので、熱中症に注意しなくてはなりません。水分補給や体調管理に気を付けながら、涼しい時間帯は外遊びをして、暑さに負けない体づくりを心がけましょう。

## 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き、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。

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。



### 流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段よりも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。

## 知っていますか？ アタマジラミ症

～早く見つけて、根気よく対応～

アタマジラミは、頭部の清潔・不潔に関係なく感染します。感染がわかつた場合には集団での駆除が必要なことがあります。速やかに園にお知らせください。

### どうやって見つける？

シラミの動きは素早いので、髪に卵がついているかどうか調べます。髪をかき分けて、根元までよく見ましょう。卵は白くてフケと紛らわしいのですが、アタマジラミの卵は爪でしごいても取れません。



### どう対応すればいい？

#### ①くしでよくすく

目の細かいくしで髪をとかして、卵を取り除きます。



#### ②専用のシャンプーを使う

駆除成分の入ったシャンプーで髪を洗います。家族内でうつし合うことが多いので、家族全員で使いましょう。



#### ③寝具はこまめに洗う

寝具はできれば毎日洗いましょう。アタマジラミは熱に弱いので、ふとん乾燥機を使うのもおすすめです。

### 朝のプール前チェック！

- ・爪は伸びていませんか？
- ・皮膚に異常はありませんか？
- ・熱はありませんか？
- ・鼻水や咳は出ていますか？
- ・下痢はしていませんか？
- ・目やにや充血はありませんか？

健康チェックカード

忘れないでね



全国的に「RS ウィルス感染症」が流行しています！

例年ない時期に流行しています。1歳以下の乳児が感染すると、気管支炎や肺炎など重症化することがあります。感染経路は咳やくしゃみによる飛沫感染・接触感染です。ワクチンや特効薬はありません。

感染予防対策はマスク着用と手洗いです。

アルコール消毒も効果があります。



6月の感染症 急な発熱が多かったです。