



2016年 7月
社会福祉法人 清和会
認定こども園みなみ保育園

蒸し暑く湿度の高い日が続くと食欲不振、睡眠不足などになりがちで、体調を崩しやすくなります。日頃から規則正しい生活や十分な栄養をとりましょう。ご家庭でも子どもたちの体調管理をお願いします。

熱中症対策はしっかりと！

暑さで熱がこもったり、脱水症状や体調不良になることを熱中症と言います。また、気温の高い場所で手足が冷たくなったり、顔色が青くなる、脈や呼吸が速くなる、頭痛や吐き気があるなどの症状も出ます。熱中症になったら、風通しの良い涼しいところに寝かせ、衣類を緩めて、体を冷やして水分を補給することが大事です。ぐったりしている、全身が痙攣を起こす症状がある場合は、すぐに救急車を呼びましょう。

★熱中症にならないために★

- 外に出るときは必ず帽子をかぶりましょう。
- 外に出る時間帯、長さを考慮しましょう。
- 水やお茶などこまめに水分補給をしましょう。

総務省・消防庁 HP サイトより、熱中症対策に役立つ情報が見られます。

ジカ熱・デング熱に注意



ジカ熱やデング熱は蚊に刺されることで感染します。原因となるウイルスは、それらの感染症に感染した人の血を吸った蚊（日本ではヒトスジシマカ）の体内で増え、その蚊がまた他の人の血を吸うことで感染を広げていきます。蚊から病気をうつされないためには、「蚊をできるだけ発生させない」「蚊にさされない」ことが重要です。発生を防ぐには、くぼみにできた小さな水たまりを作らないことが大切です。他にも蚊が発生しやすい場所があるので紹介します。

植木鉢の皿



空き缶・ペットボトル



じょうろ



砂場セット



気をつけよう！夏にはやる病気

ヘルパンギーナ

☆症状：高熱、のどの痛みが特徴。のどに水疱や潰瘍（かいよう）が出来て痛みがひどく、乳児の場合はミルクが飲めなくなるほどになります。

☆対応：のどの痛みは、熱が下がってからも続くことがあります。熱やのどの痛みがあるうちは、安静に過ごしましょう。



咽頭結膜熱（プール熱）

☆症状：39℃以上の発熱とのどの痛みがあり、目のかゆみ、痛み、充血、涙など、結膜炎のような症状が出るのが特徴です。

☆対応：感染したら、症状がなくなってから2日経過するまでは登園停止。自宅で安静に過ごしましょう。



流行性角結膜炎

☆症状：まぶたのはれや異物感、痛み、充血。目やにで目が開けられなくなったり、発熱や下痢を伴うこともあります。

☆対応：結膜炎の症状が消失してから登園出来ます。感染予防のため、こまめに手を洗い、タオルの共有は避けましょう。

手足口病

☆症状：手のひらや足の裏、口の中に小さな水ほうや赤い発しんができ、熱が出ることもあります。

☆対応：3～5日で治ります。元気があり、普段の食事が摂れるようになってから登園できます。



とびひ

☆症状：虫刺されや湿疹をかきむしったところに菌が付き、水泡が出来たり、じくじくとただれたり、放っておくとどんどん広がり重症化することもあります。

☆対応：主な治療法は抗生物質の使用です。衣服を清潔に保つことも大切です。患部をガーゼなどで覆って登園するようにしましょう。また、プールは避けましょう。シャワーを浴びる程度にしましょう。

水いぼ

☆症状：粟粒大のいぼが胸や腹、わきの下などにできて広がります。

☆対応：完治まで半年から1年半程度かかります。肌のバリア機能が低下しているときや、かゆくてかきこわしてしまうようなら、医師と相談のうえ、いぼを取ったり、薬による治療を行うこともあります。

