

すこやか

7月 号
末広認定こども園
保健室 本村

高くまっすぐに伸びたタチアオイは下のほうから上に向かって順に咲いていきます。ちょうど梅雨入りの頃に花が咲き始め、一番てっぺんの花が咲き終わると梅雨が明けるといわれています。自宅近くのタチアオイが一番てっぺんの花が咲き始めました。そろそろ梅雨明けして、本格的な夏が始まりそうですね。

今年は猛暑や酷暑とも言われています。日々の体調管理で暑い夏に負けないよう楽しく過ごしましょう。



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。



*プール熱・流行性角結膜炎は【意見書】、ヘルパンギーナ・手足口病は【登園申出書】の提出が必要な疾患です。

おとなも感染しますので、保護者の皆さまもお気をつけください。手洗い・うがい等の基本的な感染予防で十分に予防できます。

水遊びが始まります！

子どもたちにとって、待ちに待った水遊びの季節がやってきました。楽しく元気に遊べるよう、下記の健康チェックをおこなってください。

水遊び前の健康チェックリスト

- 爪は伸びていませんか？
- 皮膚に異常はありませんか？（とびひやみずいぼ等）
- 熱はありませんか（解熱後2日以上経っていますか）？
- 鼻水や咳はでていませんか？
- 目やにや充血はありませんか？
- ご飯はしっかり食べましたか？食欲はありますか？
- 軟便・下痢はしていませんか？
- 耳だれや耳に痛みはないですか？

*登園前に必ずご家庭で確認してください。



水いぼ

ウイルスの感染によってできる「いぼ」の一種で、ぷつとした水ぼうが体全体に散っていることもあれば、部分的に固まって発症することもあります。乾燥肌やアトピー性皮膚炎の人が、かかりやすい傾向にあるようです。時間はかかりますが、自然治癒します。爪を短く切って清潔にしておき、患部をかいていぼをつぶしたりしないようにしましょう。

水いぼがあっても水遊びはできます。ただ、水いぼがつぶれている場合はご遠慮していただくこともあります。水いぼに絆創膏を貼るなどして保護していただくと安心です。

今年はプール遊びは行いません。茨木市教育委員会のコロナウイルス感染症に伴う判断に準じています。ですが、酷暑にもなると予想される今夏。新陳代謝のよい子どもたちは、おとなよりも汗をかきます。しっかり汗を流してあげることで、スッキリ・さっぱりし、涼しさも感じる事が出来ます。また、水遊びは子どもたちが水に触れることを通して水に慣れ親しみ、心を開放させます。水の感覚は皮膚刺激など、体の感覚も豊かにし、心身ともに健康増進を図ることも目的としています。

*毎朝の検温表にシャワー・水遊びのチェック欄を作成しました。毎朝必ず○・Xを付けてください。チェックがない場合には実施しかねます。

