



ほけんだより

令和5年7月1日発行

両国・なかよし保育園

看護師



日に日に日差しが強くなり心弾む夏がやってきました！同時に暑さや気温差で疲れが出やすい時期でもあります。また、7月からはプールも始まりますので、プールカードに記入して頂き登園するよう協力をお願いします。



7月の保健行事

- 7月6日10時30分～ 0歳児・乳児内科健診
もも組、たんぽぽ組、ちゅーりっぷ組さんよろしくお
願いします。
幼児さんは8月に予定しております。
- 7月13日 10時～ 歯科検診
全クラス行います。



6月の感染症

- RS ウイルス 8名
 - 胃腸炎 2名
 - ヘルパンギーナ 4名
- 様々な感染症が流行しています。6月後半からは徐々に減ってきていますが、引き続き体調不良の際は病院受診をお願いします。

どうして起こるの？熱中症

汗がかけなくなることで体温調節ができなくなるために起こります。体調にもよりますが、気温32℃以上、湿度60%以上の環境で、十分な水分補給をしないで運動すると発症しやすいと言われます。さらに子どもは大人よりも脱水症状を起こしやすいのでより注意が必要です。

熱中症にならないために！

●外に出るときは帽子を被りましょう。



●外に出る時間帯、長さを考慮します。



●睡眠とバランスの良い食事をとる。



●のどが渇く前に水分を取り、汗をかいた時は塩分も摂りましょう。



●エアコンや扇風機を使い、室温管理をする。



夏の3大感染症

近年、新型コロナウイルスへの感染対策が続いたことにより免疫力が下がっていると言われていています。当園ではRSウイルスに罹患する子どもたちがおり、区内の保育園でもインフルエンザなど本来なら冬場に流行する感染症が例年より多く出ています。今後は夏に流行する感染症も増えてくる時期です。引き続き、子どもたちの体調に気を配っていきます。

ヘルパンギーナ

症状: 高熱、のどの痛みが特徴です。
対応: のどの痛みは解熱してからも続くことがあります。
解熱後1日以上経過し、普段の食事ができれば登園可能です。

咽頭結膜熱(プール熱)

症状: 高熱とのどの痛み、目のかゆみ、痛み、充血など結膜炎のような症状がでるのが特徴です。
対応: 自宅で安静に過ごしましょう。
解熱し、主要症状が無くなってから2日以上経過したら登園可能です。

手足口病

症状: 手のひらや足の裏、口の中に小さな水疱や赤い発疹ができ、熱が出ることもあります。
対応: 解熱後1日以上経過し、普段の食事がとれれば登園可能です。