

ほけんだより

令和4年 7月号 TEL53-4083



ほけん目標
水あそびの安全に気をつけよう。

今月のほけん行事

4か月児健康診査・10か月児健康診査

↓
医(病)院で受けましょう。

1歳6か月児健康診査・3歳6か月児健康診査

↓
個人通知が届きます。

最近小児科でよく見る病気

R Sウイルス、アデノウイルス、胃腸炎がでていま
す。これからの季節、手足口病にも注意しましょう。
また、熱中症にも気をつけましょう。

資料提供：松阪地区医師会ベビーグループ

プールあそびの前に健康チェックをお願いします。

プールあそびは、子どもたちの健康と安全を第一に考えて行っています。地域の感染状況を踏まえ、予防対策が整わない場合、気温35℃を超える猛暑となり熱中症等の危険が考えられる場合等、急ぎよ中止する場合があります。

安全に、楽しくプールあそびを行うために、家庭で毎朝、しっかりと健康チェックをお願いします。治療中の病気がある場合は、必ず医師に相談しましょう。

□発熱(37.5℃以上)はありませんか？

□皮膚に発疹やジュクジュクした傷はありませんか？

□朝ごはんは食べましたか？

□耳は痛くないですか？

□下痢や腹痛はありませんか？

□前日は十分な睡眠がとれていますか？

□目やにや充血はありませんか？

□つめは短く切っていますか？

□鼻水やせきは出ていませんか？



家庭で水遊びをするときやプール等に遊びに行くときも健康チェックをお願いします。また、水遊びをしているときは、暑さ指数を確認したりこまめな水分補給を行ったり等、熱中症対策を心がけてください。

これからの季節、**気をつけたい感染症**

ヘルパンギーナ

38～39度の高熱が出て、2～3日続きます。のどの奥に赤い水泡ができ、のどの痛みや食欲不振、頭痛などがあります。

のどの痛みのために食べ物や水分がとりにくいことがあります。のどごしがよい食べものを与えたり、脱水予防のためにもこまめに水分補給をしましょう。

○登園のめやすは・・・

「熱が下がり、食事也十分にできて元気な時」となっています。

咽頭結膜熱(プール熱)

アデノウイルスによる感染症で、38～39度の高熱が続く、のどが赤くはれて痛み、目のかゆみや充血などがあります。

のどの痛みのために食べ物や水分がとりにくいことがあります。ヘルパンギーナと同じように、のどごしがよいものを食べ、水分補給に気をつけましょう。

○登園のめやすは・・・

「熱が下がり、咽頭痛、結膜炎がなくなって48時間を経過してから」となっています。

アデノウイルスによる胃腸炎

アデノウイルスは、高熱や結膜炎を起こすことがよく知られていますが、こどもの嘔吐や下痢といったおなかのかぜを起こすこともあります。

6歳以下の子どもがかかることが多く、ノロウイルスやロタウイルスが原因の胃腸炎と比べて下痢の期間が長いといわれています。主な症状は、発熱、下痢、おう吐です。

下痢やおう吐により脱水症状を引き起こしやすくなるため、こまめな水分補給を心がけましょう。

また、アデノウイルスはアルコールや石けんが効きにくいので、次亜塩素酸ナトリウムによる消毒が有効です。日頃の手洗いもしっかりと行いましょう。

○登園のめやすは・・・

「おう吐、下痢などの症状が治まり、普段の食事がとれること」となっています。

水いぼ

直径1～3mmほどの半球状の丘疹で、中心がくぼんでいます。腕、足等に数個から数十個できることがあります。

掻き壊した水いぼに直接接触したり、同じタオルを使ったりすることで感染します。傷になっていたり傷口がジュークジュークしていたりするときは、傷口をガーゼで覆いましょう。