



小佐野保育園

7月ほけんだより

R5・7・3発行

梅雨があけると、子どもたちにとって楽しい夏がやってきます。水遊びが始まる前に、水いぼ、とびひなどの皮膚の病気や結膜炎、中耳炎など目・耳・鼻の病気が疑われたら早めにお医

複数の感染症が流行しています

今年の感染症動向は今までと違う？

新型コロナウイルス感染症が出てくるまで、ひとつの感染症が流行しているときは、ほかの感染症はあまり流行しないという特徴がありました。そして、インフルエンザやRSウイルスは冬期に流行するといった規則性がありました。しかし、新型コロナウイルス感染症が世界的に流行してから3年たち、岩手県内でも新型コロナウイルス感染症のほかにインフルエンザ（現在は減少傾向）、溶連菌、感染性胃腸炎など複数の感染症が同時に流行するという現象が起こっています。

いち早くお子さんの体調の変化に気づくためにも、お子さんの元気はしか（麻疹）感染者が県をまたいで増えています

東北では「はしか」の報告はありませんが、国内ではじわじわと感染者が増えています。

「はしか」は、同じ部屋に居るだけでも感染すると言われるほど感染

1歳を過ぎてまだ1回目の予防接種を受けていないお子さんはお早めに、年長児クラスのお子さんは2回目の麻疹風疹予防接種

気をつけたい 夏風邪

いんとうけつまくねつ 咽頭結膜熱（ブルー熱）

その名のとおり、のど（咽頭）と目（結膜）に炎症が起り、高い熱が出ます。うつりやすいため、家族みんなでこまめに手を洗い、タオルなどを共有するのはやめましょう。



特徴

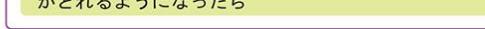
- ・38～40度の高い熱が数日続くことも
- ・のどが痛む
- ・白目が充血（赤くなる）し、まぶたがはれる、涙や目やにが出る

【登園再開の目安】

熱や目の症状が治まった後、2日が経過したら

ヘルパンギーナ

突然高い熱が出て、数日続きます。口の中には水ぶくれができ、2～3日ほどで破れて潰瘍（かいよう）になって痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、繰り返しかかることがあります。



特徴

- ・口の中、のどに白っぽい水ぶくれができる
- ・高い熱が数日続くことが多い

【登園再開の目安】

熱や口の中の水ぶくれ・潰瘍が治まり、普段の食事がとれるようになったら

手足口病

最初に口の中にポツポツができ、痛みのため飲んだり食べたりするのをいやがります。このときに熱が出ますが、半数は熱を伴いません。その後、手のひら、足の裏に赤っぽい水ぶくれができて痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、何度もかかる可能性があります。



特徴

- ・口の中のポツポツが痛むため、飲んだり食べたりするのをいやがる
- ・手のひらや足の裏にポツポツができる

【登園再開の目安】

熱や口の中の水ぶくれ・潰瘍が治まり、普段の食事がとれるようになったら

おうちで休むときは……

水分補給をしっかり

暑さや熱で水分が失われると、口の中やのどに痛みが出やすく、食べるのをいやがります。アイスクリームやゼリーなど、口当たりのよいものを少しづつとさせるか、脱水にならないように水分だけは飲ませるようにしましょう。



回復するまで

夏風邪は、どれも特効薬はありません。休むことがいちばんの薬です。しっかり休んで回復させるほうが、ぶり返しにくく、長引きません。

クイズ 正しい水分補給はどっち？

① 飲み方は？

- Ⓐ 1回にたくさん飲む
- Ⓑ 1回分は少なめに、回数を多く飲む

② 飲むなら？

- Ⓐ 炭酸飲料やジュース
- Ⓑ 水や麦茶

③ いつ飲む？

- Ⓐ のどが渴いたら飲む
- Ⓑ のどが渴く前から飲んでおく

※必ず医師の指示に従ってください。
※お子様の状況によっては、医師の判断で水分を制限する場合があります。