

# ほけんだより 7月号

2022年7月1日  
いちご保育園  
看護師 佐々木

梅雨の季節が始まり、毎日ジメジメとしていますね。この時期は体調を崩しやすく、食材も傷みやすいので食中毒などを起こさないように気をつけてください。乳児クラスでは、咳と鼻水、お腹の風邪が流行っています。たっぷり睡眠をとり、朝ごはんをしっかり食べて登園しましょう。

○全園児春の健診が終わりました。

欠席者については、7月の乳児健診時に一緒に行います。

○全園児歯科検診が終わりました。

登園のご協力ありがとうございました。欠席者については、お手紙を配布しておりますので、よりこデンタルクリニックまで受診をお願いします。

健診の内容、むし歯の有無は保健連絡帳に記載してあります。受診をしていない方は、早めに受診をお願いします。



もうすぐ楽しいプールが始まります。

プール遊びは思っている以上に体力を消耗します。たっぷり睡眠をとり、朝食をしっかり食べてから登園するようにしましょう。

ケガにつながりますので、爪のチェックもお願いします。

☆お薬（感冒薬など）を服用している場合はプールには入れません。（抗アレルギー薬の服用は可）連絡票にはプール×の記入をお願いします。△で水遊びができる子ども、プールの日は、基本室内遊びとなります。



こんな時はプールに入れません。

- ・咳や鼻水が出ている。
- ・喉やその周りが赤い、喉に痛みがある。
- ・目が赤く充血している。
- ・普段より多く目やにが出ている。
- ・耳だれが出ている、耳の痛みを訴える。
- ・とびひやアトピーが悪化している

②水いぼがある場合は完全に覆ってください。



## 夏に多い感染症

### 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。



### 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。



### 手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうができて、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。

夏特有の感染症が流行ってくる時期です。今年は、インフルエンザが夏に流行るかもとニュースでも報道していますね。

手洗いをきちんと行い予防しましょう。

近日中に、幼児クラスで手洗い指導を行う予定にしています。