

# ほけんだより 7月号

2023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。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。

## 意見書が必要な疾患が変わります！

- 「溶連菌感染症」について、7月より「医師の意見書」→「登園届（保護者記入）」へ変更します。
- 現在、インフルエンザ、新型コロナは「登園届（保護者記入）」が必要な疾患となっています。ホームページの意見書、登園届を新しくしましたので、罹患時にはホームページの「ダウンロード」→「その他のおたより」にあります書式を印刷してお使い下さい。園にも準備していますので、必要な時はお声がけください。



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。ホクナリンテープを貼っているときも入れません。（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。



## 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。

## 7月の保健行事予定

- 11日（火） 身体測定
- 12日（水） 乳児健診（0歳）

6月は、歯科健診の登園のご協力ありがとうございました。

歯科健診お休みの方は、ご自身で7月中旬に、よりこデンタルクリニックへ受診お願い致します。

## 気をつけたい疾患

### ヒトメタニューモウイルス

咳・鼻水、発熱が4～5日程度続きます。RSと同じく乳幼児では重症化する子もいますので注意が必要です。

### 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。



### 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、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。



### 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。