



ほけんだより 8月号



令和6年8月1日
梶原ピッコロ保育園
看護師 桐山恭子

猛暑が続いています。昼間のこまめな水分補給とともに、しっかり栄養をとること、そして夜はぐっすり眠って体力を回復させましょう。また、夏休みに遠出される方も多いと思います。体調やけがに気を付けながら、楽しい夏の思い出を作ってください。

夏に多い感染症

ウイルス感染によって起こる病気です。他人への感染力も強いので、必ず受診をして医師の診断を受けましょう。

ヘルパンギーナ (登園許可証要)

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。



咽頭結膜熱 アデノウイルス (登園許可証要)

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。



手足口病 (登園許可証不要)

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。

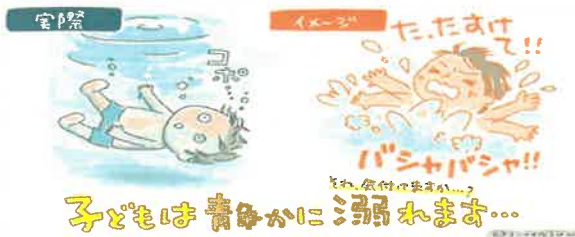


流行性角結膜炎 (登園許可証要)

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。

溺れるときは静かです！

ほとんどの子どもは、自分の身に何が起きたかわからず、声も出さないそうです。さらに気をつけたいのは、水深。わずか10cmの深さでも、鼻と口を覆う量の水があれば溺れてしまいます。海やレジャー施設だけでなく、家庭用のプールやお風呂でも、危険はすぐそこにあります。



夏のすべり台の表面は何度？

- ① 約10℃
- ② 約30℃
- ③ 約70℃



答えは・・・③約70℃

7月のよく晴れた日(気温31℃、湿度45%)の調査では・・・

すべり台70.5℃、ベンチ58.1℃、地面69.6℃になっていたそうです。

外で遊ぶときは、熱中症対策はもちろん「夏のやけど」にも注意しましょう。

絶対に目を離さないでください。