

ほけんだより 7,8月



2014/7/1 厚生館保育園

まだまだ、梅雨が明けずうっとうしい日が続き体の調子も重だるい感じがしますね。保育園でも高熱の夏かぜでお休みしているお子さんも出てきています。

本格的な夏はまだまだこれから・・・疲れを体に残さないように元気にこの夏を乗り切りましょう。

6月の感染症

流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）1名

潜伏期間が2～3週間と長いので油断は禁物です。お子さんの体調の変化には十分に気をつけましょう。おたふくは予防注射で防ぐことができます。予防注射を受けていないお子さんは今後のことも考え接種するようお勧めします。

虫から体を守ろう！

・・・虫刺されについて知っておきたいこと



○蚊が好きなものは？

蚊は、炭酸ガス（呼吸の中に含まれる二酸化炭素）や熱、汗のにおいなどが好きです。

○蚊に刺されてかかる病気があるって本当？

マラリア・黄熱・日本脳炎は、蚊に刺されることが原因でかかることがわかっています。

○虫に刺されても痒くなったりするだけですか？

毒をもっている虫もいるため、頭が痛くなったり気分が悪くなることもあります。蜂に刺され、ショックを起こす人もいます。

○ハチに刺されないようにするには？

ハチを見かけても、いたずらしたり、巣に近づかないようにすることが大切です。香水やヘアスプレーなどの匂いのあるものも避けましょう。

○屋内で気をつけたい虫

イエカ（蚊）や、ノミ、イエダニなどがいます。ノミの多くはネコに、イエダニはネズミついているといわれています。

○屋外で気をつけたい虫

ヤブカ（蚊）やブヨ、マダニ、ハチなどがいます。



これだけは押さえておきたい夏の感染症

咽頭結膜熱（プール熱）

●症状・・・38～39度の発熱・喉の痛み・結膜炎

手足口病

●症状・・・口や手足に水ぶくれ状の発疹

ヘルパンギーナ

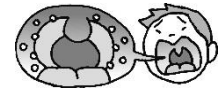
●症状・・・38～40度の高熱・のどの痛み・食欲不振や全身のだるさ、頭痛

流行性角結膜炎

●結膜の充血・・・目がかゆい・目がごろごろする・目やにが出る・涙が多くなる

伝染性紅斑（りんご病）

●症状・・・軽い風邪症状・頬、腕、足に赤い発疹



・・・熱中症・・・

熱中症とは、暑い環境の中あるいは、あまり暑くない、少し湿気がある程度の環境の中でも起こる様々な障害のことです。人は暑い時は、体から汗を出すことで体内の熱を外に放出して体温が上昇しすぎることを防いでいますが、体内での水分や塩分が足りなくなると、体は脱水状態に陥り、体温調節ができなくなったり、運動能力が著しく低下するなどの障害が起こります。子どもは大人に比べて体の水分の出入りが多く脱水症状になりやすいので、子どもにもわかりやすく予防方法を伝えておきましょう。

- ・外に行く時は、必ず帽子をかぶりましょう。
- ・30分に1回ぐらい日陰に入りましょう。
- ・何回にも分けて、少しずつ水や麦茶を飲みましょう。（一度にたくさん飲まない）
- ・汗をかいたら、そのままにしないで、タオルで拭くか着替えましょう。
- ・気持ちが悪くなったら近くの大人に伝えましょう。
- ・お部屋の中でも熱中症になることがあるので、気持ちが悪くなったら近くの大人に伝えましょう。

7月の保健行事

- 3日（木）身体測定（2～5才児）
- 4日（金）地域身体測定
- 7日（月）身体測定（0,1才児）
- 11日（金）地域ベビーマッサージ・育児相談
- 14日（月）地域・0才児健診
- 18日（金）地域ベビーマッサージ・育児相談

