



ほけんだより

第2号
西出水認定こども園
小規模保育園 希望
担当: 高野 高橋

7月エリ子供たちの大好きなプールあそびが始まります。プールあそびのための
注意点や夏に流行する病気について紹介します。大変ではありますが、引き続き
毎日の検温をお願いします。

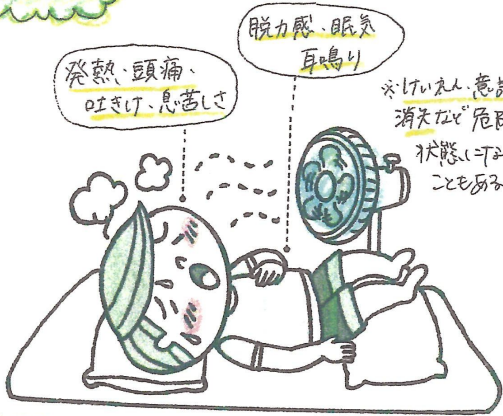
◎ 楽しいプールあそびのために... ◎

- 毎日お風呂に入り髪を洗う。
 - 爪は短く切る。
 - 朝ごはんをしっかり食べる。
 - よく眠る
- 楽しく安全に遊べるようご家庭で以上のことをお願いいたします。

※ 水いぼ、とびひなど皮膚の病気や結膜炎、中耳炎などの目、耳、鼻の病気に
かかっているらプールには入れません。病院に行って治しましょう。

◎ 夏に流行する病気 ◎

熱中症



発熱・頭痛、
吐きけ、
息苦しさ

脱力感・眠気
耳鳴り

※ けいれん、意識
消失など危険な
状態になり
ることがある

おうちでケア

- 衣服を緩めて涼しいところに寝かせる。
 - 足を少し高めににする
 - 頭、脇の下、ももの付け根を冷やす
 - 薄めてスポーツドリンクなどで水分と塩分を補給する。
- △予防方△
- 室内環境、温度を整える。
 - 戸外に出るときは帽子をかぶり、通気性のよい服を着て日陰で遊ぶ

水いぼ

- 皮膚と皮膚の擦れ合うところに出来る。
 - 潜伏期間: 2~7週間
 - 感染経路: 接触感染
- ※ 自然に治るまで6~12ヶ月ですが
1年かかることもある。



わきの下
胸や脇の内側
足の付け根

おうちでケア

- いぼから汁が出ているときは
ガゼなどを当て角刈らない
ようにする
- タオルの共有はしない。

とびひ (伝染性軟属腫)

- 湿病や虫さされのあとをかき壊し細菌感染する。
- 米粒大の水疱ができ、月齢をもちかくなる。
- 水疱が破れると菌を含んだ汗が飛び散り広がる。

△ 登園許可証明書の提出が必須

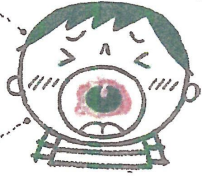
おうちでケア

- 爪を短く切る。
- ていねいに手を洗う。
- ※ 治るまでプールには入らない。

プール熱 (咽頭結膜熱)

39℃前後の高熱

のどの腫れ・痛み
咳、目やに、
目の充血



- 頭痛、吐き気、下痢
腹痛、悪寒を伴う
こともある
- ※ アデノウイルスに感染する。

潜伏期間: 1週間前後、飛沫感染する。

△ 登園許可証明書の提出が必須

おうちでケア

- 水分補給し、口あたりの良いものを
食べる。
- 感染者が使ったタオルは熱湯で
消毒し洗濯する。
- ていねいに手を洗いうがいをする。

はせり目 (流行性角結膜炎)

白目がまっかに充血



- まぶたの裏にブツブツが
できたり
涙が目やに、かゆみ、異物感がある
- 結膜、角膜に炎症がある。
- 耳前リンパ節が腫れて
熱がでることもある。

潜伏期間: 1週間前後、接触感染する。

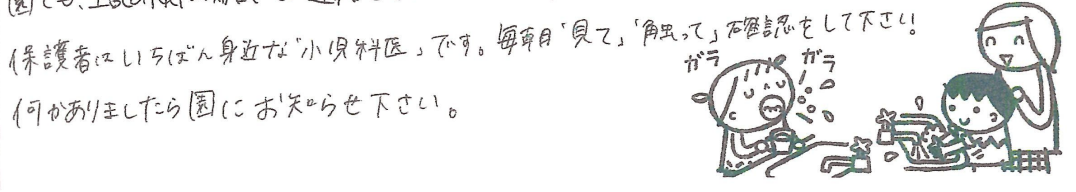
△ 登園許可証明書の提出が必須

おうちでケア

- 目やに、涙はティッシュで拭き取る。
- 感染者のお風呂は最後にし
使ったものは洗、丁寧に消毒し拭く
- 目に触れるものの共有は避ける。

◎ おなかのい ◎

新型コロナウイルス感染症が流行しています。引き続き手洗いうがい、手指消毒を
お願いします。また、ご家庭での健康管理をしいつとも様子が違ったり、風邪症状が
ひどい時、体温が37.5℃以上あるときはご自宅で様子を見ていただくようお願い
します。園でも、上記の様子が場合にはご連絡をさせていただきます。ご理解とご協力を
よろしくお願いいたします。



保護者は「いらばん身近な小児科医」です。毎朝目「見て」「角虫」を「下痢」を「して」下さい。
何かありましたら園にお知らせ下さい。