

# ほけんだより



8月からこちらの園でお世話になることになりました、看護師の浜付（はまつき）です。子どもが大好きなので、お子さんの成長の手助けが出来ればと思っています。長らく病院で看護師をしてきましたので、何か心配なことなどありましたら2階の保健室にお声かけください。よろしくお願いたします。

さて、新型コロナウイルスが感染力の強いオミクロン株 BA.5 系統へ置き換わりが進み、市内や近隣地域でも急速に感染が拡大しています。引き続き、感染予防の徹底、十分な休息と栄養を取るよう心がけてください。また、夏の疲れから夏風邪（手足口病やヘルパンギーナ等）など感染症にもかかりやすいので休息と栄養、水分補給を十分にとり熱中症にも注意しましょう。またとびひにも注意して虫刺されやけがは早めに流水で洗いましょう。

## 手足口病に注意しましょう

### 症状

発熱することもある



てのひら、足の裏、口の中、おしりに、赤い発しんがある

下痢をすることもある

夏に流行することが多い病気。感染力が強いため何度もかかる可能性があります。

治った後も、2～4週間くらいは便にウイルスがいます。おむつ替えの後は、しっかり手を洗ってください。

口の中の水ぼうが痛むときは、プリンや野菜スープなどのどごしのよいものを。



かかってしまったら園をお休みしましょう。熱が下がって1日以上経過し、いつもどおり食事ができれば登園可能です。



かゆみのある湿しんは「とびひ」かも

虫刺されや湿しんなどで傷ついた肌を汚れたつめでひっかくと、傷口に細菌が感染して「とびひ（伝染性膿痂疹）」になります。うみをもったような水ぼうがで、強いかゆみが出ます。かゆいからといってひっかくと大変！水ぼうが破れて中の液が付いた所に、とびひがどんどん広がってしまうのです。水ぼうを見つけたら、つめてひっかかないようにガーゼで覆い、受診しましょう。

ほくたちのつめも、忘れずに短く切ってね



※手足口病・とびひ（伝染性膿痂疹）は登園届が必要です

## こんな症状があったら熱中症を疑いましょう

軽

めまい  
立ちくらみ  
筋肉痛  
汗がとまらない



中

頭痛  
吐き気  
体がたるい(倦怠感)  
虚脱感



重

意識がない  
けいれん  
高い体温である  
呼びかけに対し返事がおかしい  
まっすぐに歩けない、走れない



熱中症は急激に悪化することがあります。重症度Ⅰでも保冷剤などでわきの下や足の付け根、首の後ろを冷やし経過観察しましょう。汗ふきシートやアルコールのウェットティッシュ濡れタオルで拭くと体温が下がります！のどが渇く前に水分補給を行いましょう。

### 感染症情報 7/7～8/3

新型コロナウイルス 6名

ヒトメタニューモウイルス 3名

RSウイルス・手足口病 各1名

### 保健行事

8/25 0.1歳乳児健康診断

毎月 身体測定(身長・体重)