

# ほけんだより 8月号



平成30年8月7日  
野上あゆみ保育園

毎日、暑い日が続いています。  
夏は暑さのために食欲が無くなったり、冷房のせいで体調を崩したりしやすい季節です。早寝、早起きなどの正しい生活習慣で過ごして、暑い夏を元気にのりきりたいですね。

夏は、普段出来ないことを経験できる事もたくさんあります、楽しく過ごせるように事故に気を付けましょう。

## ○海・川・プール

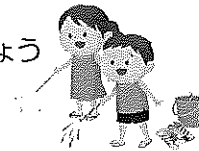
子どもから目を離さないようにしましょう。

## ○お風呂

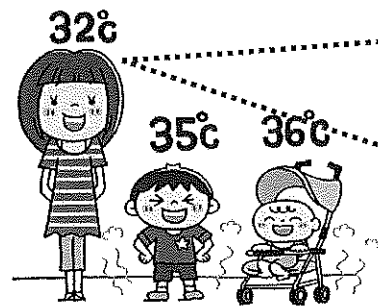
水が入っている時は必ず大人も一緒に入りましょう。

## ○花火

花火にふられて火傷をしたり覗き込んで目や顔に怪我をしたりする事がないようにしましょう。



## 熱中症に注意しましょう



子どもは暑い事を上手に表現出来ないことがあります。

- ・子どもの唇の渴き
- ・おっしっこの回数が少ない
- ・顔の色が赤く、汗の量が多い

などの様子がある時は水分補給をして涼しい所で過ごし、熱中症を予防しましょう。



## 8月の乳幼児健診

| 健診名      | 健診日      | 対象者             | 受付時間   |
|----------|----------|-----------------|--------|
| 4か月児健診   | 8月 1日(水) | 平成30年3月16日～31日生 | 13:00～ |
|          | 8月22日(水) | 平成30年4月1日～15日生  | 14:15  |
| 10か月児健診  | 8月 8日(水) | 平成29年9月1日～15日生  | 13:00～ |
|          | 8月 9日(木) | 平成29年9月16日～30日生 | 14:15  |
| 1歳6か月児健診 | 8月 3日(金) | 平成29年1月1日～15日生  | 12:45～ |
|          | 8月10日(金) | 平成29年1月16日～31日生 | 14:00  |
| 3歳児健診    | 8月 7日(火) | 平成27年2月1日～15日生  | 12:30～ |
|          | 8月21日(火) | 平成27年2月16日～28日生 | 14:00  |



## 代表的な夏かぜ「手足口病」と「ヘルパンギーナ」

「手足口病」と「ヘルパンギーナ」は夏にかかりやすい病気です。どちらも乳幼児に多くみられますが、まれに大人もかかります。また何度でもかかります。疑わしい場合は早めに受診しておきましょう。手洗い(外出後、食前、トイレの後、おむつ交換後)と、うがいを行いましょう。登園届の必要な病気です。

|          | 手足口病  | ヘルパンギーナ                        |
|----------|---|--------------------------------|
| 皮膚症状     | 手、足、おしり、ひざに水疱・紅斑  | ぶつう、皮膚症状は見られない                 |
| 口内症状     | 口内炎、水疱、白い粘膜疹、かいよう   | 白い粘膜疹、痛みが強い                    |
| 発熱       | ないことが多い(口内炎がひどくなれば発熱を伴うこともある)                                     | 38～39℃の急な発熱                    |
| 全身症状     | 口腔の痛み、よだれ   | 全身倦怠感、食欲不振、よだれ、のどの痛み、嘔吐など      |
| 主な原因ウイルス | コクサッキーA群5, 6, 16ウイルス<br>エンテロウイルス71                                | コクサッキーA群1～10ウイルス<br>エンテロウイルス71 |
| 感染経路     | 飛まつ感染(せき、つば)、経口感染(便)、接触感染<br>※ 器物を介して間接的にもうつる                     |                                |
| 治療       | 対症療法(解熱剤、鎮痛剤、抗ヒスタミン薬など)<br>※ 脱水症に注意し、こまめに水分補給を行い食事はできるだけ柔らかいものをとる |                                |