



# ほけんだより

令和 6 年 7 月  
あおばこども園

蒸し暑い日が続き、梅雨明けが待ち遠しい日々ですね。子どもたちは、晴れた日は嬉しそうに戸外で虫探しをしたり、水たまりの水でコーヒーやジュースを作ってごっこ遊びを楽しんでいます。こまめに水分補給を行いながら、熱中症にならないように注意しましょう。また、水遊びも始まり、疲れやすくなっていますので、夜は早めに寝て、十分体を休めるようにしましょう。

## 水遊びの前に必ずチェックをお願いします！！



— おかあさん —

毎日の健康状態を必ずチェックして、気になることがあれば職員にお知らせ下さい。

- ・ 体温
- ・ 下痢をしていないか
- ・ 顔色
- ・ 発疹はないか
- ・ 機嫌
- ・ 目やには出ていないか
- ・ 睡眠時間
- ・ 食欲はあるか

※タオル、衣服には必ず名前を記入してください。

※耳、鼻、目、水いぼなどの皮膚の病気は治療を済ませておきましょう。また、治療中の病気などがあれば、事前にお知らせ下さい。

※けがの原因になりますので、爪は短く切りましょう。

## 夏に多い感染症

### ヘルパンギーナ

突然の高熱と口の中の水ほう、口内炎が特徴です。症状が軽ければ、1～4日で解熱します。



### 手足口病



手の平、足の裏、口の中に水ぼうがができ、発熱することもあります。食事は喉越しの良い物を食べましょう。

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、症状がある時は早めの受診をお願いします。

### 咽頭結膜熱（プール熱）

咽頭結膜熱は、アデノウイルスに感染することで発症します。高熱が3～5日くらい続き、咽頭炎による喉の痛み、結膜炎にともなう目の充血などの症状が出ます。食事は消化の良い物を食べましょう。

※熱や喉の痛み、結膜炎の症状が消えて、2日経過が登園の目安です。

❖お願い❖  
薬は朝・晩での服用をお願いします。