



7月のほけんだより

令和2年7月1日発行
あいせん保育園

日に日に日ざしが強くなり、心弾む夏がやってきました。しかし、新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために「新しい生活様式」を取り入れた生活を実践することが求められています。例年よりもいっそう感染予防や熱中症に注意していきたいと思います。

「新しい生活様式」における 熱中症予防行動のポイント

- 暑さを避けましょう
・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調節
- 適宜マスクをはずしましょう
・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- こまめに水分補給しましょう
・のどが渇く前に水分補給
- 日頃から健康管理をしましょう
・日頃から体温測定、健康チェック
・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養
- 暑さに備えた体作りをしましょう
・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
環境省・厚生労働省リーフレットより



とびひ (伝染性膿痂疹)

とびひは虫刺されやすり傷などに細菌が感染し起こる病気です。赤いただれや水ぶくれができ、痒みでかきむしって汁が付着し次々と広がります。直接接触する事で他人にうつったり、悪化する可能性があります。

- <もし、とびひになってしまったら・・・>
- ・早目の受診
 - ・抗生剤の飲み薬はきちんと飲み切る
 - ・お風呂は湯舟には入らずシャワーだけ
 - ・患部は泡立てた石けんで優しく洗う
 - ・清潔にしてから薬を塗りガーゼで保護
- 絆創膏は密封性が高いため菌が増えたり、はがす時に皮膚がはがれて細かい傷ができ、そこに菌が付着し広がることもあるので避けましょう。



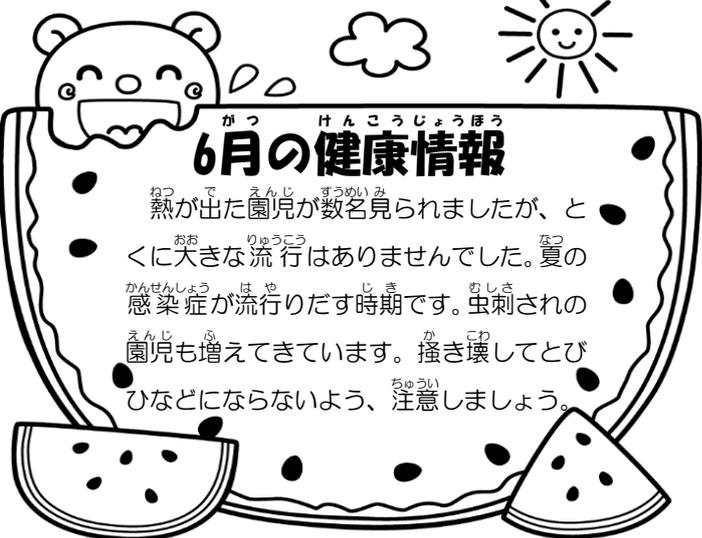
夏にはやる病気を 気をつけよう!

夏に気をつけたい感染症。代表的な3つについて、主な症状を挙げてみました。

●ヘルパンギーナ
喉に小さな水疱ができ、高熱がでます。喉の痛みが強く、食事や飲水ができなくなることも…。熱がなく、普段通りの食事ができれば登園可。

●アデノウイルス感染症
・はやり目・プール熱(咽頭結膜熱)・・・など
はやり目は充血や目やに、瞼の腫れ、涙、痛みなどの結膜炎の症状が見られます。プール熱は結膜炎の症状に加えて、発熱やのどの痛みが見られるのが特徴です。感染力が強くと、罹ってしまった場合、登園許可証明書が必要です。

●手足口病
手のひらや足の裏、口の中に小さな発疹や水疱ができ、熱がでます。また、お尻や膝の裏など全身に水疱がでることもあります。数週間後に爪が剥がれることも・・・。



6月の健康情報

熱が出た園児が数名見られましたが、とくに大きな流行はありませんでした。夏の感染症が流行りだす時期です。虫刺されの園児も増えてきています。掻き壊すとびひなどにならないよう、注意しましょう。