



Social Welfare Corporation

**KUJIRA**

ほけんだより



2024年7月25日

上ノ丸くじら保育園

ほけん担当

## 夏に多い感染症

ウイルス感染によって起こる病気です。感染力も強いので必ず受診して医師の診断を受けましょう。

### ヘルパンギーナ（登園届）

高熱と喉の痛み、口の中の水疱が特徴です。軽い症状であれば1～4日程で解熱します。



### 手足口病（登園届）



手のひら、足の裏、口の中に水疱ができ、発熱することもあります。

### プール熱（登園許可書）

プールでの感染が多くみられます。発熱、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状が出ます。



### 流行性角結膜炎（登園許可書）

目の腫れや充血、目やにが出ます。周りの人への感染源となるのでタオルは共有しないようにしましょう。

## 食中毒に注意！

食中毒を引き起こす主な原因として、カンピロバクターは鶏肉、サルモネラ菌は鶏肉・卵・動物や害虫、腸管出血性大腸菌は牛肉などであると考えられています。子どもは大人よりも重症化しやすく時には危険な状態になってしまいます。予防をしっかりと行いましょう！



### 『予防の3原則』

増やさない

食材は冷蔵庫で  
低温保存

つけない

石鹸での丁寧な  
手洗い

やっつける

食材の加熱



## 熱中症に注意を

体内の水分比率が高い子どもは、水分が失われると脱水症状をおこしやすくなります。遊びに夢中になると水分補給を忘れてしまいがちなのでこまめに声をかけ、水分をとるようにしましょう。

### 「熱中症かな？」と思ったら…

- ・涼しい所へ移動し、寝かせます。
- ・衣服をゆるめ、こもった熱気を逃し、体をできるだけ冷やします。
- ・水分(できれば小児用スポーツドリンクや薄い食塩水)を少しずつこまめに与えます。

