2025年

7月　ほけんだより

中宮まぶね保育園

梅雨が明けると本格的な夏を迎えます。体が暑さに慣れていない時期は屋外だけでなく、高温多湿の室内でも熱中症の注意が必要です。水分補給や体調管理に気をつけながら、この夏を楽しく安全に過ごしましょう。

6月の保健指導

「手洗い指導」

手を洗わなかったから、バイキン色だ！！

わー！！
バイキンがいっぱい！！

みんなも、せっけんくんと手の洗い方を勉強しようね

夏に多く発生する感染症

”夏かぜ”といわれる

「咽頭結膜熱」「ヘルパンギーナ」「手足口病」

夏かぜは、こどもがかかるものと思われがちですが、夏かぜの原因となるウイルスの型には多くの種類があり、何回もかかる大人も少なくありません。

感染経路は「飛沫感染」「接触感染」「経口感染」の大きく3つに分けられます。夏かぜが流行している時期はとくにうがいと手洗いを徹底しておこないましょう。

アデノウイルス感染症

アデノウイルスの感染により、発熱、のどの痛み、結膜炎といった症状をともなう、こどもに多い病気です。

発熱が4～5日ほど続き、扁桃腺が腫れ、のどの痛みをともないます。その間、頭痛、腹痛、下痢のほか、首のリンパ節が腫れることがあります。

６月に報告があった感染症

溶連菌感染症　　４名

ヘルパンギーナ

乳幼児を中心に、主に夏に流行します。

感染してから２～4日後に、突然の高熱に続いて喉や口の中に水ぶくれのような発疹ができ、数日経つと水疱がつぶれて潰瘍になり、痛みを伴います。発熱は1～3日続き、食欲不振、全身のだるさ、頭痛などを起こします。一般的に経過は良好で、2～3日以内に回復します。しかし、合併症として、熱性けいれん、脱水症、小児ではまれに髄膜炎や心筋炎などの注意が必要です。

手足口病

手足口病は、子どもを中心に、主に夏に流行します。

感染してから3～5日後に、口の中、手のひら、足底や足の甲などに2～3mmの水疱を伴う複数の発しんが出ます。発熱は約3分の1にみられますが、38℃以下のことが多く高熱が続くことは通常はありません。ほとんどは、3～7日のうちに治る病気です。