

ほけんだより

令和5年6月 伊江村立東保育所



レインコート、長靴、傘をたたく雨の音、水たまり…。大人にとっては憂鬱な雨の日も、子どもには発見や喜びがいっぱいです。時には子どもの視点で、雨の日を楽しんでみてください(*^^*)

気をつけたい 夏風邪

いんとうけつまくねつ 咽頭結膜熱 (プール熱)

その名のとおり、のど(咽頭)と目(結膜)に炎症が起こり、高い熱が出ます。うつりやすいため、家族みんなでこまめに手を洗い、タオルなどを共有するのはやめましょう。

ヘルパンギーナ

突然高い熱が出て、数日続きます。口の中に水ぶくれができ、2~3日ほどで破れて潰瘍かいようになって痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、繰り返しかかることがあります。

手足口病

最初に口の中にポツポツができ、痛みのため飲んだり食べたりするのをいやがります。このときに熱が出ますが、半数は熱を伴いません。その後、手のひら、足の裏に赤っぽい水ぶくれできて痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、何度もかかる可能性があります。

おうちで休むときは……

水分補給をしっかりと

暑さや熱で水分が失われると、口の中やのどに痛みが出やすく、食べるのをいやがりがち。アイスクリームやゼリーなど、口当たり、のどごしのよいものを少しずつとらせるか、脱水にならないように水分だけは飲ませるようにしましょう。



特徴

- ・38~40度の高い熱が数日続くことも
- ・のどが痛む
- ・白目が充血(赤くなる)し、まぶたがはれる、涙や目やにが出る

※**治療証明書が必要**です

【登園再開の目安】

熱や目の症状が治まった後、2日が経過したら

特徴

- ・口の中、のどに白っぽい水ぶくれができる
- ・高い熱が数日続くことが多い

【登園再開の目安】

熱や口の中の水ぶくれ・潰瘍かいようが治まり、普段の食事がとれるようになったら

特徴

- ・口の中のポツポツが痛むため、飲んだり食べたりするのをいやがる
- ・手のひらや足の裏にポツポツができる

【登園再開の目安】

熱や口の中の水ぶくれ・潰瘍かいようが治まり、普段の食事がとれるようになったら

回復するまで

夏風邪は、どれも特効薬はありません。休むことがいちばんの薬です。しっかりと休んで回復させるほうが、ぶり返しにくく、長引きません。



・6月12日(月)ぎょう虫検査・尿検査 配布

・13日(火)尿検査 提出 14日(水)ぎょう虫検査 提出

内科健診

6月14日(水)

内科健診では次の事項を調べます

- やせすぎ・太りすぎはないか
- 心臓、呼吸の音は正常に聞こえるか
- 骨や姿勢はゆがんでいないか
- 皮膚の様子に異常はないか
- 病気にかかっていないか



前日は、お風呂で体をきれいにしましょう!

歯科検診

6月15日(木)

歯科検診では次の事項を調べます

- 歯並び・かみ合わせ・あごの関節に異常がないか
- 虫歯はないか
- 歯垢がついていないか
- 歯肉が腫れていないか



健診の日、朝食後、丁寧に歯みがきをしましょう!

今月の保健予定

