

ほけんだより

～すくすくげんき～

6月30日に

歯科検診がありました

今回の歯科健診の結果は健康ノートに記載しております。ご参照ください。

幼児クラス対象で歯科衛生指導を行いました。朝晩の歯磨きが習慣に出来るように自宅でも、毎日声掛けと仕上げ磨きをよろしくお願いたします。

渡辺先生のおはなし

- 1日1回（寝る前）は必ずハミガキをしましょう。
- 仕上げ磨きは最低でも小学校低学年まで（高学年でもOK）してあげましょう。
- 幼児（3歳）くらいから徐々に虫歯の子どもがみられてきます。かかりつけの歯科医院をみつけ、まめに定期受診してください。



目の充血・目ヤニ

目の症状（充血、目ヤニが多いなど）があるときは、眼科受診をお願いいたします。受診しましたら保育園に通っていることを伝えていただき、集団生活は可能かどうか、確認をよろしくお願いたします！！結膜炎や目ヤニが多い場合お休みのご協力をお願いをする場合もあります。



6月の健康状況

- ★咽頭結膜熱（プール熱）..... 1名
- ★ヒトメタニューモウイルス感染症..... 2名
- ★細菌性結膜炎..... 数名
- ★新型コロナウイルス感染症..... 1名
- ★胃腸炎..... 5名

体が暑さにまだ慣れていないため、のどが渇いていなくても水分をこまめに摂取するようにし、熱中症を予防しましょう！！



夏に多い感染症



夏に気を付けたい感染症で、ウイルス感染によっておこる病気です。他の人への感染力も強いので、気になる症状が見られたら受診をして、医師の診断を受けましょう。

● 代表的な夏風邪の種類と症状の特徴

病名	原因ウイルス	発疹	熱	体の様子	症状
手足口病	エンテロウイルス属	出る	微熱が出る子も	元気なことが多い	水疱のある湿疹が手のひら、足裏、ひざ、おしりなどにできる。口の中にも赤い発疹ができて痛むことも
ヘルパンギーナ	エンテロウイルス属	出ない	高熱	ぐったり	39℃以上の高熱と、のどに水疱ができ、その後水疱がつぶれて、強い痛みが出る。2～3日で熱は下がり、1週間ほどで自然に治る
咽頭結膜熱（プール熱）	アデノウイルス	出ない	高熱	ぐったり	突然、39～40℃の高熱が出て、全身がだるく、のどが腫れて痛む。結膜炎を伴う。熱は4～5日続き、1週間ほどで自然に治る
流行性角結膜炎（はやり目）	アデノウイルス	出ない	出ない	元気なことが多い	結膜（白目）が充血し、目やにや涙が出る。目がごろごろしたり、耳の前のリンパ節が腫れることもある。感染力が強く、治るのにも約2週間程度かかる

*体の様子や症状には、個人差があります。

夏の暑さから子どもを守りましょう

熱中症が心配な時期になりました。梅雨明け直後は暑い日が続きます。無理のないよう徐々に暑さに体を慣らしながら、元気に過ごしていきましょう！

子どもの特徴

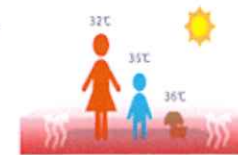
体温や血圧の調整機能が未熟で暑さに弱い

乳幼児は血圧や体温などの調整機能が未熟なため、体にもった熱をうまく発散できません。



照り返しの影響を受けやすい

身長が低いことやベビーカーに座っている状態は、地面からの照り返し熱の影響で大人が感じるよりも高温の環境になっています。



暑さに気づかずに脱水症状が起こりやすい



遊びに熱中している時や眠っている時は、のどの渇きに気づかず、脱水症状が起こりやすいです。乳児は特に自ら水分補給や衣類の調節をすることができません。

大人より脱水症状の悪化が早い

体の水分量が大人より多い乳幼児は、脱水症状を起こしやすくなわずかな時間で熱中症を発症し、症状が悪化していきます。

