



ほけんだより

令和8年

7月号

上間さつき認定こども園
看護師 石原

本格的な夏がやってきて、暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。水分補給や体調管理に気を付けましょう。



熱中症について

日射病、熱射病などの総称です。日射病は、戸外で強い直射日光にさらされる事が原因で、熱射病は室内でも気温の高い場所に長時間いたため起こる事が原因です。

子どもは、体温調節が未熟なため温度の変化をうけやすく、

のどの渇きや身体の異常を自分から訴えられないこともある
為注意が必要です。



・こまめに水分補給しましょう。

・日傘や帽子を利用しましょう。

・クーラーや扇風機を使用し、室内の温度調節をしましょう。

・暑さを避け、服装も襟元を開ける等工夫しましょう



夏に多い感染症

咽頭結膜熱（プール熱）⇒プールを介して感染する事が多いので

「プール熱」と呼ばれています。高熱、のどの腫れ、結膜炎を伴い
風邪に似た症状が出ます。

流行性結膜炎（流行り目）⇒接触感染が主で充血、目やにや涙が

出てきます。ゴロゴロした異物感の他、発熱を伴うことがあります
ウイルスによって汚染されたタオルなどから感染します。タオルの
共有はやめましょう

手足口病⇒手・足・口に小さなブツブツした水疱が出ます。手だけ

足だけの場合もあります

ヘルパンギーナ⇒突然の高熱と喉の痛み、口の中の水疱・口内炎
が特徴です

とびひ⇒ブドウ球菌で起こり、あせも、虫刺され、すり傷等を触つ
たりすると、皮膚の表面に複数の細菌が付着し、皮膚がただれたり
水腫れになったり、かさぶたになったりします。

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



水遊び前のチェック

■爪は伸びていませんか

■皮膚に異常はありませんか

■前日、当日熱はありませんか

■鼻水や咳はありませんか

■目やにや充血はありませんか

■食事や睡眠は取れていますか



お知らせ

・歯科健診 : 7月2日(木)

・尿再提出日: 7月1日 水

