

照りつける太陽で、大人でも耐えがたい暑さとなっている毎日です。みなさま、お変わりございませんか？

熱中症がまだまだ増える時期なので、より一層注意してお過ごしください。熱中症対策のための水分補給は大切ですが、冷たい物ばかり飲食せず、夏でもしっかりと温かいものを食べ、胃腸の調子を整えてくださいね。



家の中では**エアコンに頼りがち**ですが、お子様も含め**からだの冷え**は生命力の低下につながります。身体の働きが弱り、機能低下を招き、万病のもとになることもあります。身体が冷えすぎる、こわばる、身体のハリ、コリとなります。

お子様が元気であるには、子どもの「**源**」となる親が元気を補うことが大事ですね。

夏に多い感染症

手足口病

口の中、手のひら、足底や足の甲などに2～3mmの小さな水疱ができます。発熱は罹患者の約3分の1に見られますが軽度であり、38度以下のことがほとんどです。まれに、幼児を中心とした髄膜炎などを起こすことがあります。

RSウイルス

発熱、鼻汁などの症状が数日続きます。初めて感染する幼児の3割では、咳が悪化し、喘鳴（呼吸をするときに、ヒューヒュー、ゼーゼーなどと音がすること）、呼吸困難などが現れます。

咽頭結膜熱（プール熱）

38～39度の発熱で発症し、のどの痛み、結膜の充血、目やになどの症状が3～5日間程度続きます。小児に多い病気です。

ヘルパンギーナ（夏かぜ）

突然の38～40度の発熱が1～3日間続き、のどの痛み等が現れます。口の中に小さな水ぶくれができ、やがてただれます。痛みによる不機嫌や食欲不振がみられ、脱水症を起こすことがあります。乳幼児に多い病気です。

感染予防対策

- 流水・石鹸による手洗い、うがいをしましょう。
- 他の人とのタオルやハンカチの貸し借りは避けましょう。
- おむつ交換など便を扱った場合、入念に手を洗いましょう。
- おもちゃ、手すりなどの日常的に触れるものを、こまめにアルコールなどで消毒しましょう
- 鼻汁、咳などの症状がある場合は、マスク着用ができる年齢のお子さんや大人はマスクを使用しましょう。



手を洗おう



消毒しよう



うがいをしよう



マスクをしよう

とおりゃんせでは、7月29日（火）に「夏祭り」を開催しました！

みんなで阿波踊りを踊ったり、ゲームの出店でワニワニパニックや玉入れ、おもちゃつり、ひもくじに挑戦したり、たこ焼き、フランクフルト、かき氷の屋台に舌鼓を打ったり、みんなで楽しく夏祭りを満喫していただきました。

次回の催しものもお楽しみに！

