



# ほけんだより

## 8月号



令和7年8月1日

青物横丁えほん保育園

看護師：深谷

年も厳しい暑さが続く夏です。先月気象庁から8月～10月までの3ヵ月予報が発表されましたが、今年も異例の猛暑になる可能性があり、10月までの気温も「平均より高い」見込みだそうです。これから「手足口病」や「ヘルパンギーナ」などの夏風邪も流行る時期です。体調が悪いときは無理をせず、悪化しないようご自宅で体調を整えるようにしましょう。元気な時は、よく食べて、よく寝て、よく遊んで、暑さに負けない体づくりをしていきましょう!!

### 夏の感染症に注意!!

手足口病・ヘルパンギーナ・プール熱(咽頭結膜熱)・はやり目(流行性角結膜炎)などの夏の感染症が流行る時期が始まります。これらの感染症はウイルス感染によって起こる病気で、他人への感染力も強いので、症状が現れた際には受診をして医師の診断(指示)を受けてください。

#### 手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうががで、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。



#### 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。症状が軽ければ1～4日くらいで解熱します。

#### プール熱(咽頭結膜熱) はやり目(流行性角結膜炎)

咽頭結膜熱は高熱が3～5日くらい続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。食事は消化のよい物を食べましょう。はやり目は、発熱よりも、目の症状の方が重篤です。



### 花火による火傷に注意!!



夏の風物詩の一つである花火ですが、子どもが花火で遊んでいる際にやけどを負ったという事故が発生しており、2018年度から2022年度までの5年間で、60件寄せられています。そのうち半数以上は1～3歳児であり、大人と一緒にても十分な注意が必要です。

○燃えやすいものがなく、広くて安全な場所を選ぶ。

○消火用の水の入ったバケツを用意する。

○風向きにも注意し、風が強い場合は中止する。

向かい風で行うと、火花が体に降りかかりとても危険です。

○服装に注意する。

肌の露出が多い服装や履物、裾の広がった服、裾の長い服は避けましょう。

足元もサンダルではなく肌を露出しない靴を選ぼう。

○花火の燃えカス、ろうそくなどにも注意する。

地面に落ちた燃えカスもしばらくは高温(70度前後)のため、

服の裾に引火したり、直接肌に触れると火傷します。

○子どもだけでなく大人も注意事項を守って一緒に楽しむ。

### 7月の感染症報告

#### 【とびひ(伝染性膿痂疹)】

5歳児クラス：2名

#### 【ヘルパンギーナ】

1歳児クラス：2名

#### 【手足口病】

1歳児クラス：1名

0歳児クラス：1名



7月下旬頃から0、1歳児クラスを中心に発熱者が増え始め、中には発疹を伴うお子さまが多く、ヘルパンギーナや手足口病の診断ができています。ヘルパンギーナも手足口病も口内に発疹ができるため、食事の進みが悪くなることがあります。解熱しても、通常の食事量に戻るまでは無理をせずに自宅で様子を見るようにしましょう。