



ほけんだより

令和7年7月
たちばなこども園

看護師 綱嶋友子



これから本格的な夏がやって来ます。水遊びや虫とりなど、こどもにとって楽しい季節ですね♪汗ばむような日が続く中で、こども達は暑さを感じさせないくらい元気に遊んでいます。この時期はプールや水遊びでの感染症や熱中症のリスクが高まります。体調管理とこまめな水分補給を心がけて行きましょう！



夏の3大感染症



●ヘルパンギーナ

高熱が2～3日続く。喉の痛み。特に喉は水疱や潰瘍ができるためかなり痛む。(喉の痛みがひどく飲食ができないことがあるため、脱水に注意。)

●手足口病

手のひらや足の裏、口の中に小さな発疹や水疱ができ、お尻など皮膚の柔らかいところに出て痛みやかゆみが伴うこともある。発熱。

●咽頭結膜熱(プール熱)

38度以上の熱が3～5日続く。喉の痛み、結膜炎(充血、目の痛み、かゆみ)のような症状が出る。
※タオル等を家族と共有しない。



夏風邪のウイルスに効くワクチンや特効薬はなく、ウイルスが原因のため抗生物質も効果がありません。そのため、基本の予防は感染者との接触を避けること、手洗い、うがい、タオルを共有しないことです。

プール・水遊びについて



7月は水遊び・プール遊びが始まります。元気に楽しく遊ぶために、毎朝の健康チェックとプールカードの記入をお願いします。プールに入らない日もありますが、毎日記入をして持たせて下さい。

★プールカードの記入について★

- ① お子さんの体調を見て、健康な時は○を付けて下さい。体調が悪い時は×を付け、簡単に理由を書いて下さい。
- ② 朝、雨が降っていても晴れることもあるので、毎日記入して下さい。
- ③ 毎朝必ず検温をし、記入して下さい。

※カード忘れや未記入の場合はプールに入れません

健康チェック



- | | |
|--------------|---------------|
| ☆十分な睡眠がとれたか | ☆発熱の有無 |
| ☆朝食は食べたか | ☆下痢や腹痛はないか |
| ☆排便は済ませたか | ☆せきや鼻水は出ていないか |
| ☆皮膚に発疹などはないか | ☆目の充血や目やにはないか |
| ☆爪は短く切つてあるか | ☆風邪は引いていないか |



爪が伸びていると危険です!!

自分が怪我をするだけでなく、周りのお友達を傷つけてしまわないようこまめにチェックをお願いします。
手のひら側から見て爪が見えると伸びているので切りましょう。



※水いぼは医師の診断を受け、保護をお願いします。
※絆創膏や気管支拡張薬のホクナリンテープ等が貼っていると入れません。

水いぼ(伝染性軟属腫)

ウイルスが皮膚の小さな傷口から侵入し感染することで発症。皮膚のあらゆる場所に細かい水いぼができ、通常は半年～3年程経つと自然と消えていきます。

プールの水では移りませんので入れますが、皮膚と皮膚との接触、タオル、浮き輪、ビート板などの共有で感染します。その為、水いぼの患部をラッシュガードやTシャツ、スパッツで保護することで接触感染のリスクを減らせます。