



# ほけんだより

上庄ひいらぎ子ども園 7月

子どもの三大夏風邪に注意しましょう。

夏は暑さのため体力を消耗し、抵抗力が落ち細菌やウイルスに感染しやすくなります。休みの日にはしっかりと休養しましょう。



	咽頭結膜熱 (プール熱とも言われる)	手足口病	ヘルパンギーナ
原因ウイルス	アデノウイルス	エンテロウイルス コクサッキーウイルス	エンテロウイルス属 主にコクサッキーA型ウイルス
潜伏期間	2-14日	3-6日	3-6日
症状 注意点	高熱・のどの痛み 眼の充血 眼脂 頭痛 食欲不振	発熱 手のひら足の裏 口の粘膜に水疱 まれに 無菌性髄膜炎	のどの強い痛みと 水疱 高熱による 熱性けいれん 脱水

## 対処法

### ☆脱水予防と栄養の確保

- ・ 刺激物を避けてのど越しの良い飲み物(例えば、麦茶、牛乳、冷めたスープなど)
- ・ 噛まずに飲み込めるもの(例えば、プリン、ゼリー、豆腐など)

### ☆感染拡大を防止しましょう

- ・ タオルの共用は止めましょう
- ・ 感染経路は 飛沫感染(咳やくしゃみ)

接触感染(手を介し触った場所から)です。

石鹸でしっかり手洗いし 咳やくしゃみはティッシュで覆い廃棄しましょう

- ・ 排泄物の処理は使い捨て手袋を着用  
(症状改善後もウイルスは数週間排泄します)

- ・ 洗濯は分けて行いましょう
- ・ 入浴の順番は最後にしましょう
- ・ 消毒は次亜塩素酸ナトリウム

(市販のハイターなど、濃度は指示に従って)使用



手洗い・うがい  
しっかりと!



## RSウイルス感染症にも注意!!

本来冬期に流行る感染症ですが細菌は春期より感染する子どもが増えています。特に2歳以下のお子さまは重症化することもあり要注意です。