



ほけんだより



こども未来局
保育・子育て推進部

令和7年7月1日 高石保育園

暑い季節がやってきました。梅雨明け直後の気温の高い日は、体が暑さに慣れていないため熱中症に注意が必要です。水分補給や体調管理に気をつけましょう。

「熱中症？」そのときに

子どもたちが大好きな夏ですが、熱中症には注意を。子どもに異変があったら、すぐに手当てをして重症化を防ぎましょう。



1 涼しい場所に移動する

風通しのよい日陰や涼しい室内に運んで寝かせ、服のボタンやベルトを外す。



2 体を冷やす

ぬらしたタオルで体をふき、うちわや扇風機の風を当てて体にこもった熱を逃がす。



3 水分を少しずつ与える

麦茶や子ども用のイオン飲料などをひと口ずつ与える。一度に飲ませず、様子を見ながら。

- 冷やしたタオル
 - タオルに包んだ保冷剤
 - 冷えた缶ジュース
- などを挟んで冷やすと効果的



注意!!

39℃以上の発熱があり、ぐったりして意識がないときは救急車を呼びます

夏に気を付けたい感染症

咽頭結膜熱(プール熱)

原因：アデノウイルスによる飛沫・接触感染。目やにや便からうつることもある。

症状：39℃前後の発熱とのどの痛みがあり、目のかゆみや痛み、充血、涙など結膜炎の症状が出るのが特徴です。

★感染力が強いため、症状がなくなり2日経過するまで登園は停止。登園許可書が必要です。

手足口病

原因：コクサッキーウイルスやエンテロウイルスによる飛沫感染。

症状：熱や手のひらや足の裏、口の中に小さな水ぼうや発しんができる。

★3～5日で症状が軽快するが、まれに髄膜炎などの合併症をおこすことがあるので、頭痛やおう吐を伴う熱が続くときは、すぐに受診しましょう。登園許可書は不要です。



感染対策は こまめにしっかり手を洗うことです。

