

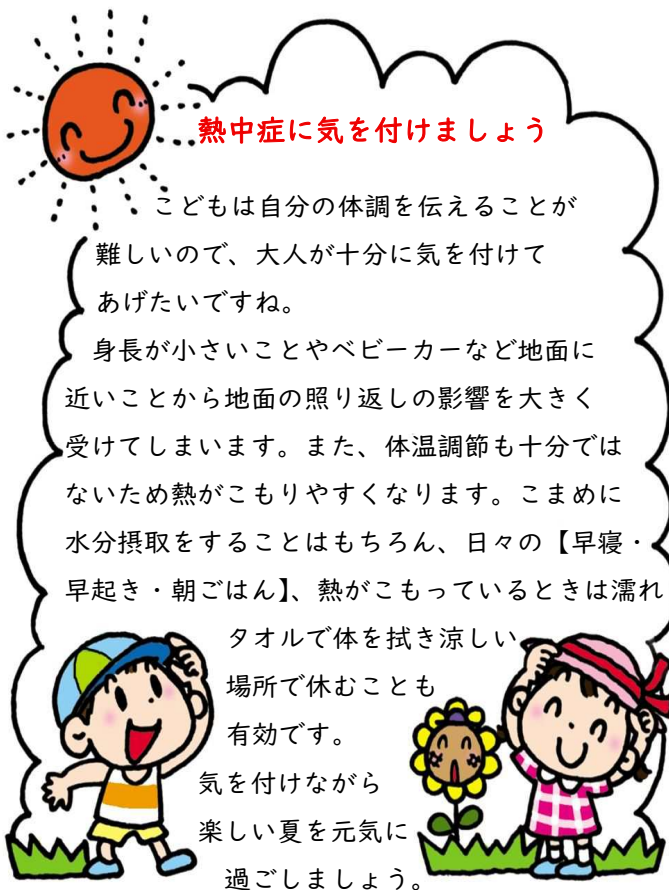


8月 ほけんだより

こども未来局
保育・子育て推進部

令和8年8月1日
下小田中保育園

梅雨明けし、本格的な夏がやってきました！楽しいイベントが盛りだくさんの8月、しっかりと暑さ対策、水分摂取をして元気に夏を乗り切りましょう。



8月7日は鼻の日です

鼻はにおいをかぐだけではなく、呼吸をしたり、ウィルスや細菌を鼻水とともに体の外に追い出すなど、いろいろな働きをしています。鼻の調子が悪いと、中耳炎、咽頭炎などの病気にかかりやすくなります。また鼻づまりによる口呼吸がびきにつながり、睡眠時無呼吸症候群の引き金になることも注目されています。

鼻水、鼻づまり、聞こえが悪いか？と感じる時は放置せず、早めに耳鼻科を受診しましょう。



手足口病が流行！

ニュースでも取り上げられていましたが、下小田中保育園でも乳児クラスで罹患者が多く見られました。

今後の注意点を混ぜながら、手足口病を紹介します。

- ・咳やくしゃみ、唾液、便などからうつります。水疱の中にもウィルスがいます。便には4週間程度、ウィルスが排出されるので注意しましょう。
- ・予防は石けんで手洗いしましょう。おむつ替えの後は特にしっかりと！ タオルや食器類の共用は避けましょう。
- ・ドアノブや水洗レバーなど触れる場所は適宜消毒(塩素系漂白剤を薄めたもの)拭き掃除をお勧めします。
- ・口の中に水疱ができて痛みで飲食が進まない場合は、水分補給は優先に少量ずつでもこまめに摂るようにし、食事はゼリーやプリン、アイスクリームなど冷たく口当たりの良いものからすすめるとよいでしょう。
- ・症状が良くなったあと数週間から数か月後に手足の爪が剥がれ落ちることがあります。
- ・生後3か月未満の赤ちゃんに接触するときは手洗いをしましょう。

7月の感染症

・手足口病 ・ウィルス性胃腸炎 ・ヘルパンギーナ

のお友だちがみられました。

☆鼻水が出ているお友だちもいます。

手洗いやうがい、こまめな水分摂取で予防していきましょう。

引用：みんなで見守り「こどもの熱中症」を

防ぎましょう（こども家庭庁）

イラスト出典：メイト