



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 生田保育園

今年は梅雨入りと思ったら、すぐに30℃を連日超える日が続きました。7月以降も湿度が高く、連日熱中症に注意が必要です。大人も子どもも水分補給や体調管理に気をつけましょう。また暑いからと室内ばかりで過ごさず、涼しい時間帯には短時間の外遊びをするなど、暑さに負けない体づくりを心がけたいですね。

夏に多い感染症



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日経過するまでは登園停止になり、登園には医師の許可書が必要となります。

流行性角結膜炎(はやり目)

原因：アデノウイルスの接触・飛沫感染。
症状：瞼の腫れや異物感、痛み、充血、目やにや発熱、下痢を伴うこともある。
★感染力が強く、プールだけでなくタオルの共有や手指の接触によっても感染する。登園停止となり、登園には医師の許可書が必要となります。

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、口の中に小さな水ほ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。

ヘルパンギーナ

原因：コクサッキーウイルスなどの飛沫感染。
症状：高熱、のどの痛みが特徴です。のどに水ほうや潰瘍ができて痛みがひどく、水分もとれなくなることもある。
★のどの痛みは熱が下がってからも続くことがある。熱やのどの痛みがあるうちは安静に過ごしましょう。



イラスト出典：メイト・クリエイティブ



熱中症に気をつけましょう！

6月に三者（保育士・看護師・栄養士）連携健康集会で「夏の健康」のお話をしました。お話した熱中症にならないお約束は5つです。

- ①しっかり朝ご飯を食べる ②早く寝る
 - ③水分をしっかりとる ④体がだるいとき頭が痛いときは、大人に伝える
 - ⑤外で遊ぶときは必ず帽子をかぶる
- 子どもは熱中症になりやすい体の特徴があります

- ①汗腺など体温調節が未発達
- ②体重当たりの体表面積が大人より大きく高温時や炎天下では深部体温が上がりやすい



なのでこんな日には注意が必要です

- ①暑くなりはじめの時 ②急に熱くなる日
 - ③熱帯夜の翌日 ④厳しい暑さが続く日
- みんなで気をつけて、熱中症予防をしましょう。

参考：熱中症環境保健マニュアル2022 イラスト出典：いらすとや

<ほけんのお知らせ>

身体測定：1日（火）ぱんだ、きりん
そう
2日（水）ひよこ、うさぎ
こあら

園医相談日：8日（火）

予防接種調査があります。

令和6年6月2日以降に入園をされた方対象

個人用ポケットに、調査用紙を入れさせていただきます。記載内容をご確認ください。追加で予防接種を受けられている方、修正がある方は、赤字でご記入をお願いいたします。7月11日（金）までに担任および職員へご提出をお願いいたします。