



# 8月 ほけんだより



松山市 保育・幼稚園課  
令和6年度 第5号

猛暑が続いていますが、子どもたちは元気に過ごしています。暑さの中でも夢中になって遊ぶので、水分補給や適度な休息など十分に気を配りましょう。また、夏ならではの楽しいイベントが多くなる月でもあります。体調を崩すことのないよう、生活リズムを整え、バランスの良い食事をとり、元気に暑い夏を乗り切りましょう。



## 夏の感染症に注意！

### 手足口病

特徴：飛沫感染、症状が治まった後も2～4週間は便からウイルスが出ます。

家族間でも感染しますので、注意しましょう。

また、原因となるウイルスが複数あるため、何度もかかる可能性があります。

症状：口の中と手のひら・足裏・おしりなどに水泡性発疹ができる。口の中の水泡(水ぶくれ)はのどの痛みを伴い、唾液が増える。発熱。

登園のめやす：熱が下がり、口腔内の水疱(水ぶくれ)・潰瘍(口内炎)の影響がなくいつもの食事がとれること



**注意** 手足口病が松山市  
内で流行しています！

### アデノウイルスによる感染症

#### ●咽頭結膜熱(プール熱)

症状：39℃前後の高熱・扁桃炎・結膜炎

登園のめやす：発熱・充血等の主な症状がなくなった後2日を経過していること。

☆感染力が強いため、タオル等の共有はしない。複数  
の人が触れる場所はこまめに消毒する。

#### ●流行性角結膜炎(はやり目)

症状：目の充血・目やに

片方の目で発症した後に、もう一方の目にも  
感染することがある。

登園のめやす：目の充血・目やにがないこと

☆感染力が強いため、タオル等の共有はしない。

### ヘルパンギーナ

症状：高熱・下痢・のどの痛み

のどに赤い発疹ができ、次に水疱  
となり、間もなく潰瘍となる。

登園のめやす：熱が下がり、口腔内の水  
疱(水ぶくれ)・潰瘍(口  
内炎)の影響がなく、い  
つも通りの食事がとれ  
ること。

(参照) 保育所における感染症対策ガイドライン  
こども家庭庁 2018年改訂版  
2023年5月一部改訂

※上記のような症状がみられた時は早めにかかりつけ医を受診しましょう。



## 夏の肌トラブル 『あせも』や『とびひ』になりやすい季節です。

### あせもを防ぐには

汗や、汗に含まれる塩分などをシャワーでよく洗い流すこと  
が大切です。また、毎日清潔にし保湿剤等で保湿しましょう。



### とびひ

感染力が強く、ひどいかゆみのため、かいた手で体の他の部分を触ると、  
そこにも湿しんが広がります。皮膚を清潔に保ち、周りに感染するのを  
防ぐためにガーゼなどで保護しましょう。

※治りが遅い、広がった、湿疹が変化したときは、小児科や皮膚科を受診しましょう。