

8月 ほけんだより

松山市 保育・幼稚園課

令和7年度 第5号

暑い日が続く中、子どもたちは元気に笑顔で遊んでいます。園では、日差しの強い時間の外遊びを避けたり、しっかり水分補給をしたりしながら、熱中症対策を行っています。まだまだ暑い日が続くため、免疫力を低下させないよう生活リズムに気を付けていきましょう。



夏の感染症に注意しましょう！

アデノウイルスによる感染症

咽頭結膜熱(プール熱)

*症状

高熱とどの痛みがある。充血、涙目、目やになど結膜炎のような症状や、下痢、嘔吐、頭痛を伴うこともある。

*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。

流行性角結膜炎(はやり目)

*症状

目が充血し、目やにが出る。片方の目で発症した後、もう一方の目にも感染することがある。

*登園のめやす

感染力が非常に強いため、結膜炎の症状が消失していること。



手足口病

*症状

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

◎大人にも感染するため注意。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る。

*登園のめやす

発熱がなく、口腔内の水疱(水ぶくれ)・潰瘍(口内炎)が治まり、普段の食事がとれること。



ヘルパンギーナ

*症状

高熱が出て、喉の奥に水疱(水ぶくれ)ができ、そのうちに潰瘍になる。

◎喉の痛みがひどいため飲み込みにくい。そのため水分が不足しがちになることもあるので注意。

*登園のめやす

発熱がなく、口腔内の水疱(水ぶくれ)・潰瘍(口内炎)が治まり、普段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

夏に気をつけたい皮膚トラブル

あせも

汗には体温を調節する大切な役割があります。しかし、汗を分泌するところに、汗やほりなどがつまって汗腺がふさがれることにより発症します。汗がたまりやすい部位に赤いブツブツができたり、かゆみを伴う場合もあります。シャワーなどで汗をよく洗い流したり、汗の成分が皮膚に残らないよう、ぬらしたタオルで汗をふき取ったりしましょう。

とびひ(伝染性膿痂疹)

虫刺され・湿疹などをかきむしって傷つけた場合、そこに細菌が感染して発症します。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。

熱中症

子どもは、体温が上がりやすく、自分で予防できないことが多いため、熱中症になりやすいです。

熱中症の危険があるとき

- ・気温が高い
 - ・湿度が高い
 - ・水分不足
 - ・急に暑くなった
- こんな時はきをつけましょう！



家庭での予防のポイント

- ・こまめな水分補給をこころがけましょう。
- ・日差しや地面からの熱から守り、こまめに日陰・屋内で休憩しましょう。
- ・短時間でも車内など暑い環境に置き去りにしないようにしましょう。
- ・子どもの異変に敏感になりましょう。
- ・気温と体温に合わせて衣服を調節しましょう。

熱中症を疑ったら

涼しいところへ移動し、衣服をゆるめて風通しをよくし、頭を低くした状態で寝かせます。また、水分をこまめに少しずつ与えましょう。