

おひさま

ながかみ 保健だより
2022年9月号 文責 山下美香子

日中は夏を感じる蝉が、朝夜は秋を感じる鈴虫などの鳴き声が響き、季節の移り変わりを感じるようになりました。

この時季は疲れが残りやすかったり、発熱や下痢など体調をくずしやすくなります。

秋に向かう季節の変わり目、ちょっとした大人の気配りで体調を整えてあげましょう。



季節の変わり目 快適に過ごそう!

9月に入った日中も、まだまだ残暑が厳しい日があります。そこで登園前のご家庭で、



- ◆コップ1杯程度の水分を飲んでから登園する。
- ◆駐車場から、帽子をかぶって登園する。

など、引き続き、熱中症対策を行っていきましょう。



手足口病にかかるお子さんがいます。

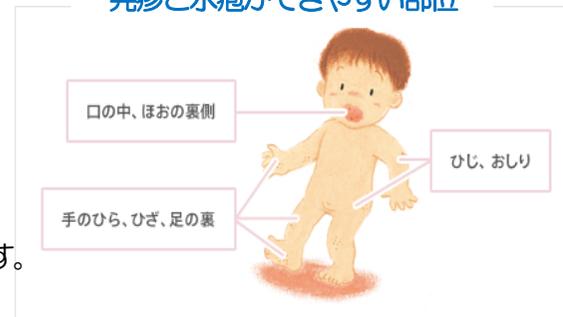
浜松市内でも手足口病が「警報」となりました（8月24日現在）。特に3歳以下の幼児で多数報告されているようです。

保育園も先月より、1階で生活するお子さんから数名報告を受けています。おひさま7月号の「夏に流行するウイルス感染症」にも掲載しましたが、今一度、どのような病気かお伝えしていきます。

手足口病とは？

- ★ ウイルスの病気です。
- ★ くしゃみ、せき、よだれ、手足で触れることでうつります。
- ★ 発疹と水ぶくれ（水疱）が特徴です。
- ★ 37~38℃の熱が出ることもあります。
- ★ 7~10日程度で自然に治ります。

発疹と水疱がでやすい部位



< 園の登園基準 >

- ・ 37.5℃以上の熱がないこと
(解熱後1日経過していること)
 - ・ 水ぶくれや発疹がかさぶたになり、通常の食事が摂れるようになるまで
- ※ 保育園は集団生活です。お友だちにうつす可能性がありますので、ご家庭での休養をご協力お願いします。
- ※ 感染症流行時には、病気が完治するまで、ご家庭での休養をお願いする場合があります。



ありがとう!! 家庭保育のご協力ありがとうございました。

新型コロナウイルス感染症が落ち着き、いつもどおりの保育園生活が戻ってきました。保護者の皆様、ご協力ありがとうございました。