

おひさま

ながかみ 保健だより
2025年7月号 文責 山下

梅雨入りしましたが、この季節の天気と打って変わって、急に高温多湿の日が増えました。朝から汗をか
くような暑さとじめじめを感じつつも、水遊びを楽しんでいるお子さんたちが多く見られます。

これからの本格的な夏に向けて、汗をかける子に、暑さに負けない子に身体を慣らしていきましょう。



歯科健診のお知らせ

石川歯科医院の先生に診ていただきます。

7月3日(木) 9:00からの予定

★必ず歯科健診日に出席くださいますようお願いいたします。

★前日までに、「お知らせメモ」に記入してお知らせください。

※ 現在、フッ素塗布等でむし歯を治療中のお子さん。

⇒メモがない場合は、「歯科健診結果のお知らせ」用紙にて結果のお知らせをお渡しします。

※ 歯の生え方や歯並びのことなど、先生に伺いたいことがある方。



夏かぜのキーワードは「ねつ」と「のど」

この時季、お熱や風邪症状があり、病院に受診すると、お医者さんから「夏かぜですね。」と言われるかと思
います。

「夏かぜ」は、アデノウイルスやエンテロウイルスなどの原因となる病気が多く、集団生活をしている園
でも流行ります。発熱(高熱にもなります。)、のどの痛みや腫れが主な症状です。

お熱が出て、次の日に下がっていても、また熱が上がるなど油断禁物です。

38.5℃以上の発熱が出た時に、お子さんが食欲もあり元気もある時は、解熱剤の使用は控えましょう。
(ぐったりしていたり、食欲もない場合は、病院に受診しましょう。)

- ① お熱が出ているかどうか？(身体があついかな？)
- ② のどが赤く腫れたり口内炎がないかな？
- ③ おなかの調子(腹痛・おう吐・下痢、食欲など)はどうか？
- ④ 眼が充血したり目やにが出ていないかな？



など、お子さんの体調や様子のチェックをお願いします。

ご家族が「見て」「触れて」五感で確かめてから、こども園へ送りだしましょう。

また引き続き、①手洗い、②うがい、③休養、④タオルやコップの共用を避けるなど、予防対策をしま
しょう。