



本格的な夏を迎え、毎日暑い日が続いています。子どもたちは先月始まったプール遊びに大興奮、暑さも忘れて、元気いっぱい遊んでいます。子どもたちは、夢中になって遊ぶので、水分摂取を忘れがちです。こまめな水分補給を心がけ、脱水状態にならないよう気をつけましょう。園で楽しく活動に参加するために、登園前の体調チェックも欠かさず行ってください。



夏の肌トラブルについて



外で長時間遊んでいたら、肌が真っ赤になってしまいました。

↓それは
日焼けです

太陽の光に含まれる紫外線によって皮膚が刺激を受けて起こります。日焼けは「やけど」と同じ状態です。ひどい場合は水ぶくれになることもあります。

日焼けしてしまったら…

まずは冷やしましょう。
流水や濡れタオルを使ってみましょ。う。
クリームを塗って、保湿することも忘れずに！

草の多いところで遊んでいたらチクツとしました。

↓それは
虫刺されです

血を吸う習性のある虫（蚊・ブヨ・ダニなど）や、毒を持った虫（蜂・毛虫・ムカデなど）が原因です。刺されたところから虫の唾液や毒が皮膚に入り、炎症が起きます。

虫に刺されたら…

こすらず流水でよく洗いましょ。う。かゆみや腫れがひどい時、気分が悪い時は、すぐに病院を受診しましょ。う。

首の周りや膝の裏がとてもかゆいです。

↓それは
あせもです

ひじや膝の裏、首など、汗のたまりやすいところで汗腺（汗の出口）が詰まって起きます。かきむしると、とびひになってしまいます。

あせもになったら…

かきむしるのはダメです。こまめに汗をふいたり、シャワーを浴びるなど、肌を清潔に保ちましょ。う。

お知らせ

8月8日(月)～8月12日(金)は身体計測週間です。8月23日(火)は健康診断です。

令和3年1月生まれは1歳6か月児健康診査、平成31年3月生まれは3歳児健康診査の対象児です。

忘れずに受診しましょう。



アデノウイルスについて



アデノウイルスは、夏に流行しやすい非常に感染力の強いウイルスで、子どもから大人まで様々な症状を起こします。

主に子どもがかかりやすい感染症ですが、子どもの頃にアデノウイルスに感染していないと大人でも感染する可能性があります。アデノウイルスによって引き起こされる代表的な感染症を2つ、下記にお知らせします。

咽頭結膜熱(プール熱)

結膜炎として白目が赤くなり、目やにも見られ、咽頭炎や扁桃炎によるのどの痛み・腫れ、38℃以上の高熱が4~5日間も続くのが主な症状です。夏に多くみられ、プールでの感染もあるために、プール熱とも呼ばれていますが、プール以外でも感染がおこります。潜伏期間は、2~14日で、発熱などの症状が出る2日前から感染力があるので、一度流行すると、感染が広がる可能性があります。



流行性角結膜炎



主な症状として、白目が赤くなる結膜炎で目やにが見られ、耳の前にあるリンパ節が腫れます。発熱は少ないですが、目の違和感があります。非常に強い伝染力があります。潜伏期間は2~14日と幅広く、ウイルスのついた手で目をこすったり、目やにのついた寝具などによる接触感染、さらに咳などの症状があれば、飛沫感染を起こします。



予防・対策のポイント



基本は手洗い・うがい

- 流水と石けんを使った十分な手洗いをしましょう。手洗い後に、アルコール消毒を使うことで、さらなる予防効果が期待できます。外出先から帰宅したら、うがいも忘れずにしましょう。

タオルの使い分けと洗濯

- タオルの共有は避けましょう。アデノウイルスは熱に弱いので、熱水で洗濯すれば消毒できます(85℃以上で1分以上)。水洗い後に次亜塩素酸ナトリウムを使って消毒する方法も有効です。

室内の消毒

- アデノウイルスは10日間以上生き残ることもあるため、ドアノブ等感染者が触れた場所はアルコール等でしっかり消毒しましょう。

発熱・咽頭炎・結膜炎などの主要な症状が治まった後2日間経過するまで出席停止となります。