



# ほけんだより



7月号

令和6年7月

キッドワールドこども園

園長：高津 宏児

看護師：飯倉 ゆみ

太陽が輝く季節となりました。この暑さの中、特に注意が必要なのは、熱中症です。こまめに水分補給をし、たくさん遊んだ後は、ゆっくり体を休めるようにしましょう。食事もしっかり摂り、暑さに負けない体づくりを心掛けるようにしましょう。



## 夏に多く見られる病気

### ●ヘルパンギーナ

2~4日の潜伏期間を経て発熱や喉の痛みが出現し、口腔内に1~5mm程の水疱が形成されます。水疱が破れると潰瘍になり強い痛みを伴います。

### ●手足口病

3~5日程の潜伏期間を経て、口の中・手の平・足の裏・肘・膝などに小さな水疱が現れるのが特徴です。口の中に出た水疱は、破れると口内炎のような潰瘍を形成することもあります。

**症状が落ち着き、食事が摂れ、普段通りの生活が行えるようになれば、登園可能です。**

**注意：症状が落ち着いても、ウイルスは1か月ほど糞便で排泄され続けます。**



### ●アデノウイルス感染症(咽頭結膜熱)

アデノウイルスが原因となる咽頭炎の感染症でプール熱とも呼ばれ、主に乳幼児期~学童が罹りやすい感染症です。5~7日の潜伏期間を経て、高熱・食欲不振・全身倦怠感と共に、咽頭痛・結膜炎を訴えることもあり5日程度持続します。

**発熱や咽頭痛などの症状が消失した後、2日を経過したら、登園可能です。**

**咽頭結膜熱の充血とはやり目(流行性角結膜炎)の充血は同じアデノウイルスでも型が違います。そのため、症状の程度や持続期間も違います。目の症状が長く続く場合は、やり目の感染も考えられる為、眼科受診をお勧めします。**



## おうちでは…



- ・対症療法が中心。
- ・発熱や咽頭痛により食欲が低下した時は、食べやすい果物かヨーグルト、ゼリーなどを摂取可能な範囲で勤めてみましょう。
- ・脱水予防のため、イオン水などをこまめに与えるようにする。



## 感染力が非常に強い

### ●はやり目(流行性角結膜炎)

アデノウイルスが原因で発症する感染力の強い感染症のひとつです。はやり目と呼称されることもあります。

- 感染**
- はやり目を起こすタイプのアデノウイルスが付着した物に触れた手で目を触ったり、汚染された物を目に触れたりすることから感染します。
  - 潜伏期間は、5～14日間です。
  - 感染期間は、発症3日前～約2週間です。

- 症状**
- 目の充血
  - 目やに
  - ゴロゴロした目の痛み
  - まぶたの腫れ
  - 涙



**感染力が無くなったと判断できるまで登園は控える必要があります。**

「かかりつけの眼科に相談しましょう。」



**家庭内感染を防ぐために**

**家庭内感染する恐れがあります。**

- ・タオルを共有しない
- ・感染者が触れたドアノブやテーブルなど汚染されている環境を消毒

## お友だちとの**接触**でうつる可能性がある皮膚疾患

### ●頭ジラミ

**1年中、発生の可能性があります。**

成虫の体長は、3mm程で、白っぽい灰色をしています。頭や耳の後ろに寄生し、髪の毛の根元に卵を産みます。血を吸うと頭が痒くなります。

こんな感じで、髪の毛に付いています。



**感染したら...**

- 駆除用の**スミスリンシャンプー**などで2～3日に1回洗髪するようにしましょう。
- 発生時及び駆除終了時は、園にお知らせくださいますようお願い致します。

### ●とびひ(伝染性膿痂疹)

とびひは、健康な人の皮膚上にいる常在菌が皮膚にできた小さな傷に入り込んだことが原因で発症し、皮膚に膿疱が出来る疾患です。

### ●水いぼ(伝染性軟属腫)

水いぼの内部には原因となるウイルスが潜んでいるため、潰れたイボに触れた指でほかの部位を搔いたり触れたりすることで、新たな感染が生じることがあります。

- 日頃から爪を短く切り、皮膚を傷つけないようにしましょう。
- 皮膚に膿疱や水いぼがある場合は、タオルなどの共有を避けるようにしましょう