



今年もあつーい夏がやってきました。花火大会や夏祭りなど子どもたちにとって楽しいことが盛りだくさんですね。たくさんたべてしっかり休息を取り、元気に夏を楽しみましょう。



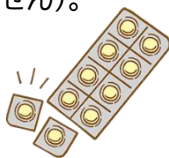
夏のまめちしき

汗は体温を調整する役割があります。働く汗腺の数が決まるのは3歳までと言われています。いつも冷房の効いた涼しい部屋にいと汗腺が働きにくくなり、汗をかきにくい体になってしまいます。小さい時こそたくさん体を動かし、汗をかきやすい体づくりをしていきましょう！

病後児保育利用時にお預かりするお薬について

【下記の要項を必ず守ってください】

- *病院で処方されたお薬(市販のものはお預かりできません)。処方された日付のわかるもの。
- *おむつかぶれ軟膏、坐薬などもご持参ください。当院で処方することはできません。
- *お薬に同封された薬の説明書、おくすり手帳も一緒にお持ちください。
- *くすりの小袋に氏名の記入をしてください。



気をつけたい 夏風邪

いんとうけつまくねつ 咽頭結膜熱(プール熱)

その名のとおり、のど(咽頭)と目(結膜)に炎症が起こり、高い熱が出ます。うつりやすいため、家族みんなでこまめに手を洗い、タオルなどを共有するのはやめましょう。

ヘルパンギーナ

突然高い熱が出て、数日続きます。口の中に水ぶくれができ、2〜3日ほどで破れて潰瘍になって痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、繰り返しかかることがあります。

手足口病

最初に口の中にポツポツができ、痛みのため飲んだり食べたりするのをいやがります。このときに熱が出ますが、半数は熱を伴いません。その後、手のひら、足の裏に赤っぽい水ぶくれができ痛みます。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ります。

おうちで休むときは……

水分補給をしっかり

暑さや熱で水分が失われると、口の中やのどに痛みが出やすく、食べるのをいやがりがち。アイスクリームやゼリーなど、口当たり、のどごしのよいものを少しずつとらせるか、脱水にならないように水分だけは飲ませるようにしましょう。



特徴

- ・38〜40度の高い熱が数日続くことも
- ・のどが痛む
- ・白目が充血(赤くなる)し、まぶたがはれる、涙や目やにが出る

【登園再開の目安】

熱や目の症状が治まった後、2日が経過したら

特徴

- ・口の中、のどに白っぽい水ぶくれができる
- ・高い熱が数日続くことが多い

【登園再開の目安】

熱や口の中の水ぶくれ・潰瘍が治まり、普段の食事がとれるようになったら

特徴

- ・口の中のポツポツが痛むため、飲んだり食べたりするのをいやがる
- ・手のひらや足の裏にポツポツができる

【登園再開の目安】

熱や口の中の水ぶくれ・潰瘍が治まり、普段の食事がとれるようになったら



回復するまで

夏風邪は、どれも特効薬はありません。休むことがいちばんの薬です。しっかり休んで回復させるほうが、ぶり返しにくく、長引きません。