

手足口病に注意しましょう。

新聞やテレビでご承知のかたも多いかと思いますが、県内でも手足口病の流行が見られます。当園では診断を受けた子どもさんは現在いませんが、注意が必要です。

＜潜伏期間＞ 3～5日

- ・ 咳やくしゃみによる飛まつ感染

＜症状＞ ・ 手のひら、足の裏、口の中などに米粒のような水泡や発疹ができる。手や足、口すべてに出るとは限らず、ひざやおしりに発疹ができることもある。

- ・ 口内炎がひどいと口臭が出たり、水分が取れないこともある。
- ・ 37～38度の熱が出ることもある。

＜登園に関して＞

- ・ 熱が下がり1日以上経過して、食事が普段どおりとれていること。
- ・ 医師の診断を受け登園し、普段どおり元気があればフール可能



ほけんだより 8月号

2019 社会福祉法人栗石保育園
保健室



いよいよ夏本番です。急な暑さに体がまだ慣れていない時期です。こまめな水分補給をしながら熱中症対策をし、たくさん夏ならではの遊びを楽しみたいですね。寝苦しいときは適度に冷房も利用して十分な睡眠がとれるようにしましょう。

お出かけの際に...

小学校や中学校にお兄さんやお姉さんがいる子どもさんも多いかと思いますが、夏休みのラジオ体操や、子ども会の行事、家族で遠出するなどおうちでの計画もたくさんありそうですね。ラジオ体操と一緒に参加するといつもより早く起きたり、家庭のなかでもリズムが変わります。最初のうちは張り切って一緒に参加していてもつい疲れが出てしまうこともありますよね。たくさんお出かけをして普段はできない経験をするのも大切なことですが、子供さんの体力に合わせた旅行プランを立てていただくと体への負担が少なく、休み明け楽しい園生活に入れるのではないかと思います。思いっきり遊んだ次の日は、家族みんなでのんびり過ごすのも良いのではないのでしょうか。



かゆみのある湿しんは
「とびひ」かも

虫刺されや湿しんなどで傷ついた肌を汚れたつめてひっかくと、傷口に細菌が感染して「とびひ(伝染性膿痂疹)」になります。うみをもったような水ぼうがで、強いかゆみが出ます。かゆいからといってひっかくと大変! 水ぼうが破れて中の液が付いた所に、とびひがどんどん広がってしまうのです。水ぼうを見つけたら、つめてひっかかないようにガーゼで覆い、受診しましょう。

ほくたちのつめも、
忘れずに短く切ってね

湿疹が治りにくいときは早めに病院受診をしましょう

8月の乳幼児健康診査

2日(金) 乳幼児健康診査

21日(水) 赤ちゃん相談

23日(金) ことばの相談

詳しくは広報しずくいしで確認のうえお出かけください。

