



朝夕に少しずつ秋の気配を感じるものの、日中はまだ暑い日が続いています。9月と油断せずに熱中症予防のために、こまめな水分補給と休息をとり、残暑をのり切り元気に過ごしましょう。

8月の感染症

溶連菌感染症名	1名
手足口病	21名
ヘルパンギーナ	8名
突発性発疹	1名
RSウイルス	2名
とびひ	2名

小児科健診のお知らせ

10月21日(木) 15時00分～

体調で聞きたいことがありましたらお知らせ下さい。
コロナウイルス感染状況によっては、突然のキャンセルや日時変更の可能性があります。その際は、ご了承ください。



生活リズムの見直し



お盆休みやお休みの日に眠る時間が遅くなったり、食事の時間が不規則になったりすることがあります。かぜを引かない強い体をつくるために生活リズムを見直しましょう。

- 早起きをして、余裕をもって朝ごはん、歯みがき、トイレを済ませましょう。
- シャワーだけではなく、ゆっくりお風呂に入りましょう。
- 早寝を心がけて睡眠をしっかりとりましょう。
- 顔色や食欲など普段から健康観察を細かく行いましょう。



9月9日は救急の日！

子どもは思わぬ行動をします。一瞬の気の緩みが、事故や怪我につながります。身の周りに危ない物がないか、子どもの目線で点検し、救急時の対応を確認しましょう。

- 子どもの手の届く場所に危険なものを置いていないか確認する
(薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、刃物、針、子どもが飲み込める大きさの物など)
- 踏み台になるものはベランダに置かない→子どもの頭は重く頭から転落してしまうため
- コンセントをいたずらできないようにする→感電の恐れがあるため
- 遊び食べをしない→食べ物が喉に詰まることあるため
- 浴室には子ども1人で入れない→水深5cmでも溺れる危険性があるため



おたふくかぜ

おたふくかぜと

正式名称は「流行性耳下腺炎」といい耳の前下方にある耳下腺が炎症を起こし腫れる感染力の強い疾患です。

潜伏期間は、2～3週間で咳やくしゃみ、接触で感染します。耳の下が腫れている間は人にうつす可能性があります。

症 状

耳の下や頬の後ろあたりが腫れ始め、38～39℃の熱が出ます。幼児の場合、顔が普段よりむくんでいる程度で、はっきりした症状が出ないことも多いですが、痛みで食事を嫌がるようなら感染を疑ってみましょう。

数日して反対側も腫れることが多いですが片方だけ腫れる子もいます。腫れや痛みは発症して3日目頃が最大となり、腫れが引くまでの期間は個人差があります。



注 意 点

発熱、腫れによる痛みがある場合は、受診をしましょう。おたふくかぜの診断を受けたら、早めに園に連絡して登園は控えましょう。

生涯免疫ができるため、二度の感染はほとんどありませんが、まだかかっていない兄弟への感染の可能性は高いです。1歳を過ぎたらできるだけ早くワクチン接種を受けましょう。

〈合併症〉難聴・無菌性髄膜炎・睇炎・精巣炎

家でのケア

腫れているところは冷たいタオルなどで冷やしましょう。また、あごを動かすと痛むので食事は、あまり噛まずに食べられる消化のよい物（スープ、ヨーグルトなど）を与え、酸味のある物や刺激物は避けましょう。

登園めやす

腫れ症状が出てから5日間経過し、かつ全身状態が良好なことです。

手足口病

手足口病は、夏季に流行するウイルス感染症で市内や当園でもおひさま組とたまご組に流行しました。



手足や口の中に水ぼうや赤い発疹が出るのが特徴です。

症状は3～5日で治まりますが、2～4週間は便からウイルスが出るので、周囲の人に感染しないように便やおむつの処理、手洗いを念入りにしましょう。

～登園のめやす～

発熱や口の水ぼうや潰瘍（かいよう）の影響がないこと。機嫌が良く、普段通りの食事がとれることです。



秋は薄着の服装で

9月も後半になると肌寒く感じる朝が増え、つい子どもに厚着をさせたくなります。しかし、本格的な寒さを迎える前のこの時季に薄着の習慣を付けると、かぜを引きにくい体になると言われています。外気を肌で直接感じることで自律神経が整い、病気への抵抗力が高まるからです。“大人より1枚少なめ”を目安に、薄手の衣服を重ねるなどして、体温調節を行いましょう。

