



7月 ほけんだより

黒田こども園
R7.6.25発行
看護師 横田園美

もうすぐプールが始まります

プール前チェック♪

- お熱はないですか？
- 食欲はありますか(朝ご飯は食べましたか)？
- 夜はよく寝ましたか？
- 目やにや充血はありませんか？
- 咳・鼻水は出てませんか？
- 皮膚に異常はありませんか？

★プールの日は必ずキッズノートのチェックをよろしくお願ひいたします。

虫に刺されたら

1.虫に刺されたら、まずは流水で洗いましょう。

かゆみのつよいときは、保冷剤などで、冷やすと効果的です。かゆみ止めシールやかゆみ止め軟膏を使用してもいいです。(子供の皮膚はデリケートなので、シールなどを使用したときは、必ず入浴の際に外して綺麗に洗いましょう。とびひなどの原因になることがあります)

虫刺され部位の周囲に発疹が広がったり、刺された部位がひどく腫れたり、痛みやかゆみが強くなる時は、早目の皮膚科受診をおすすめします。

熱中症にならないために

- 外に出るときは、必ず帽子をかぶりましょう。
- 外に出る時間帯、長さを考慮します。
- 高温の室内や車の中で熱中症が急増しています。絶対に子供を一人にしないでください。

気を付けよう！ 夏に流行る病気

夏に気を付けたい感染症。代表的な3つについて、主な症状を挙げてみました。気になる症状が見られたら、直ぐに病院へ！

ヘルパンギーナ

高熱とのど痛み。特にのどは、水ほうや潰瘍ができるため、かなり痛む(乳幼児はミルクが飲めないほど)。



プール熱
(咽頭結膜炎)
高熱やのどの痛みのほか、目の痛み・かゆみ・充血など、結膜炎のような症状が出る。

手足口病

手のひらや足の裏、口の中に小さな発疹や水ほうができ、熱が出ることも。



