



すこやかだより

津山市立みどりの丘保育所内地域子育て支援センター

TEL 0868-27-2241

H30. 7. 1 発行

いよいよ夏の到来。保育所の子どもたちはプール開きをして、歓声をあげながらプール遊びや水遊びを楽しんでいます。子どもたちにとっては、楽しいことがたくさん経験できる嬉しい時期ですね。

在宅のお友だちにとっても、太陽が待ち遠しい夏はすぐそこまできています。気温が上昇して蒸し暑く体力も消耗するので、十分な睡眠や食事、水分補給をしながら、元気に夏を過ごしていきましょう。

ちびっこクラブ園開放

♪ちびっこクラブ対象年齢なし

♡よちよちクラブ 20・1歳児

★げんきクラブ 2歳児

7月 5日(木) ♪七夕まつり会

7月19日(木) ♡水遊びI (1歳児とのふれあい)

7月26日(木) ★しゃぼんだまで遊ぼう!

19日・26日は水遊びができるように、水着やタオル、着替えなどをご用意くださいね。

8月23日(木) ★スライムで遊ぼう!

8月30日(木) ♪絵本の読み聞かせ (一宮おはなし会)

※毎月木曜日 午前10時~11時30分です
ぜひ、お友達を誘って遊びに来てください。



夏に多い感染症

夏にはやりやすい感染症があります。感染症を知り、お子さんの体調の変化に早めに気づき、医療機関で受診してあげてくださいね。

ヘルパンギーナ ●乳幼児に流行しやすい夏風邪の一種で、のどの痛みと高熱が特徴です。

感染経路 …… せき、くしゃみ、便にもウイルスが含まれる。

潜伏期間 …… 1~5日

感染しやすい期間 …… 急性期の数日間。1か月ほどは、便のなかにもウイルスが排せつされているので、注意が必要。

主な症状 …… 突然高熱が出て、1~4日続く。のどに水ぼうがができ、2~3日でつぶれて潰瘍になり、痛くて食べ物や飲み物が飲み込みにくくなる。のどの潰瘍が治るまで、1週間くらいかかる。

咽頭結膜熱 (プール熱)

感染経路 …… 目やに、せき、くしゃみ、便を通して感染する。感染力が強い。

潜伏期間 …… 5~10日

感染しやすい期間 …… 発熱や症状が出てから数日間。咽頭から2週間、便から数週間ウイルスが排せつされるので、注意。

主な症状 …… 39℃前後の高熱、のどの痛み、目の充血やかゆみなどの結膜炎の症状が出た後、せき、腹痛、下痢、おう吐の症状が出ることもある。熱は4~5日で下がり、ほかの症状も1週間くらいで消えるが、肺炎を引き起こすこともある。

手足口病 ●手のひら、足の裏に水ぼうがが出来るのが特徴です。

感染経路 …… せき、くしゃみ、便を通して感染する。便からは約1か月ほど、ウイルスが排せつされる。

潜伏期間 …… 1~5日

感染しやすい期間 …… 手足や口の中に水ぼうがや潰瘍がある数日間。

主な症状 …… 主に手、足、口の中に水ぼうがができ、ひざやおしりにも水ぼうがができることがある。症状は、約1週間続く。37~39℃の発熱や、下痢、嘔吐などの症状が出たり、口内炎がひどくなって食事がとれなくなることがある。まれに脳炎や髄膜炎、心筋炎を起こすこともある。