



# 7月えんだより

季節柄、熱中症のニュースを良く見かけようになりました。戸外活動はもちろん、室内の活動でもこまめな健康観察や水分補給などを心がけていきたいと思えます！



## 子どもの三大夏風邪

今の季節は、夏の三大感染症と言われる「ヘルパンギーナ」・「プール熱」・「手足口病」が流行する 時期です。予防のためには、【手洗い・うがいの徹底】・【疲れを溜めない生活】・【栄養と睡眠をきちんととる事】などして、免疫力を高めてウイルスから体を守りましょう！

《ヘルパンギーナ》	《プール熱》	《手足口病》
<p>突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ほう、口内炎が特徴です。症状が軽ければ1～4日くらいで解熱します。</p> 	<p>プールで感染することもあり、高熱が3～5日くらい続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。食事は消化のよい物を食べましょう。</p> 	<p>手の平、足の裏、口の中に水ほうができ、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。</p> 



## 水遊びの事前準備



- \*タオル、下着に名前を書いてください。
- \*耳、鼻、喉、目、皮膚の病気は治療を済ませておきましょう。また、治療中の病気などがあれば、事前にお知らせください。
- \*爪を切りましょう。長いと、けがの原因となります。
- \*耳垢が溜まっていると、プールの水が耳に入ることによって、結果的に炎症を引き起こすこともあります。『耳掃除はこまめに』行っておきましょう。

### こんな時は水遊びできません！

- ・熱がある。または、前日に熱があった。
- ・鼻水が出ている。
- ・喉やその周りが赤い、喉に痛みがある。
- ・目が赤く充血している。
- ・普段より多く目やにが出ている。
- ・普段より多く耳だれが出ている、耳の痛みを訴える。



## 水遊びについて



■水遊びは、園前にプールを出して行きます！登園時は水遊びをしやすい服装と髪型で登園をお願いします。

例)Tシャツ+半ズボン※水着があれば水着でも大丈夫です。※着替えの回数が多くなりますので着替えやスポーツタオルのストックをお願い致します。

【警戒アラート発令時は、室内で過ごします】



## 今月のうた

- ♪たなばたさま
- ♪うみ
- ♪しゃぼんだま



## 7がっの予定

内科健診は7月～9月の間で実施予定です。先生の都合が付き次第連絡させていただきます。

- ◆ 3日(月)身体測定
- ◆ 19日(水)避難訓練

