# ほけんだより

保育園神田ベアーズ
2022年7月
看護師

子どもたちは蒸し暑さに負けず、外遊びやホール等で体を動かして遊んでいます。これから気温が高くなり、暑さに慣れていないと疲れが出やすくなります。免疫力が低下すると感染症にもかかりやすくなるため、引き続き生活リズムを整え、適度に体を動かし体力づくりをして、できるだけ早めに休息をとれるようにしましょう。

## 夏に多い感染症

ウイルス感染によって起こる病気です。他人への感染力も強いので、必ず受診をして医師の診断を受けましょ

### ヘルパンギーナ

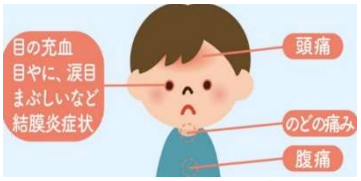
突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ほう、口内炎が特徴です。症状が軽ければ１～４日くらいで解熱します。

**登園届(保護者記入)が必要です**

### プール熱

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。

**登園許可証(医師記入)が必要です**




### 手足口病

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。

**登園届(保護者記入)が必要です**

## ～水遊びの前に～

7月になると水遊びが始まります

**※確認しよう！！**

- **とびひや水いぼ**はないか
- **熱**はないか
（解熱後2日以上経っているか）
- **鼻水や咳**はでていないか
- **目ヤニや充血**はないか
- **中耳炎など耳の病気**にかかっていないか

**友だちと同じタオルは使わず自分のを使いましょう**

## 園での虫刺され対策

最近、散歩途中で虫に刺される子どもが増えてきました。園では虫よけ対策として子どもにも優しい天使のスキンベープを使用しています。

## 7月の予定

| | |
|---|---|
| 7/11（月） | ぞう組　身体測定 |
| 7/12（火） | きりん組　身体測定 |
| 7/13（水） | ぱんだ組　身体測定 |
| 7/14（木） | こぐま組　身体測定 |
| 7/15（金） | うさぎ組　身体測定 |
| 7/20（水） | りす組　身体測定・0歳児健診 |