



天願ほけんだより



7月号

R5. 7. 3



新型コロナウイルスの感染が沖縄県内で再拡大し、小中高では学校閉鎖、学級閉鎖が相次いでいます。県内の最新の感染動向に関する情報をご確認の上、コロナ感染や発熱等の体調不良時に備え、予め薬局等で新型コロナの検査キットや解熱鎮痛剤等の常備薬を準備し、オミクロン株対応ワクチンやインフルエンザワクチンを接種するなど、今一人ひとりができる対策に取り組みしましょう。

気をつけよう！ 夏に流行る感染症

夏に気をつけたい感染症。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、すぐに病院へ！

ヘルパンギーナ

高熱とのどの痛み。特にのどは、水ぼうや潰瘍ができるため、かない痛む(乳児はミルクが飲めないほど)。



フェール熱

(咽頭結膜熱)

高熱とのどの痛みのほか、目の痛み・かゆみ・充血など、結膜炎のような症状が出る。

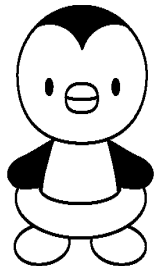
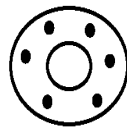
手足口病

手のひらや足の裏、口の中に小さな発しんや水ぼうやができ、熱が出ることも。



《おしらせ》

☆新型コロナウイルス感染症、ヒトメタニューモウイルス(発熱期間は4~5日間、感染力は発症して7~14日間、解熱して咳鼻水が改善して元気になれば登園可能)の園児が増えています。天願こども園では、引き続き感染対策を行いながら、子ども達が元気に楽しく過ごせるよう、「早寝・早起き・朝ごはん」、「よく食べ・よく遊び・よく眠る」を目標に、保護者の皆様と協力しながら、子ども達の体調管理を行っていききたいと思います。ご家庭でも感染予防対策にご協力をお願いします。



こんな症状があるときは プールに入れません。

- せき・鼻水・下痢や腹痛。
- 湿疹や傷が化膿している(とびひ、水いぼなどは専門医の許可を得る)。
- 薬を飲んでる。
- 熱がある。
- 目(結膜炎など)・耳の病気(中耳炎、外耳炎)。
- アタマジラミ、ぎょう虫卵陽性…プールが始まるまでに治しましょう。

※水あそび・プールあそびの後はたいへん体が疲れまます。早く寝るなどして疲れを残さないようにしましょう。



クーラー

を上手に使って

快適な夏を！

人間の体は急激な温度変化が苦手です。外の猛烈的な暑さと、冷え冷えの室内……、そんな環境を行き来していると、体温調節がうまくできなくなり、体がだるくなります。

ポイント

- 外気と室内の温度差は5℃までに
- クーラーの風に直接当たらないように
- 寝るときは、タイマーを使って寝入りばな(30分~2時間くらい)だけ涼しく

