



# ほけんだより 8月号



令和4年8月  
白鳥保育園

暑いと体力が落ちて、食欲がわからないことや冷たい物ばかりを食べてしまう事があります。暑さに負けない体づくりをするためにも、しっかりとご飯を食べれる工夫をしましょう。

## 7月の感染症

新型コロナウイルス感染症	11名
手足口病	12名
突発性発疹	1名
ヒトメタニューモウイルス	1名
ヘルパンギーナ	1名
咽頭結膜炎	1名
溶連菌感染症	1名
EBウイルス	1名

## 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う。

### ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ぼう、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。のどの痛みで食欲が落ちるので脱水に注意しましょう。



### プール熱(咽頭結膜炎)

アデノウイルスによる感染症で、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。

### 手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうができて、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。県内では5月に警報が発令されています。



### 流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段より多く目やにや涙が出ます。周りの人への感染源となるので、タオルは共有しないようにしましょう。

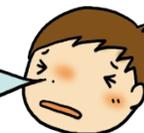


### とびひ

虫刺され跡や傷に菌がついて発症することが多いです。かゆみが強くジュクジュクした水疱ができたなら要注意です。他の場所やお友達にうつってしまう事があるので皮膚科を受診しましょう。

## 8月7日は鼻の日

### 鼻水・鼻づまり



鼻水や鼻づまりをそのままにしておくと、鼻やのどの粘膜が炎症を起こし、中耳炎など他の病気の原因になることがあります。鼻水・鼻づまりが気になったら早めに病院を受診しましょう。家庭では、鼻水が出たらふく・鼻がつまったらかむ、という生活習慣が身につくよう繰り返し伝えていきましょう。

### ☆お知らせ☆

内科健診 8/17

歯科健診 8/29

私用のお休みがないよう調整いたします。

