



# ほけんだより 7月号

2026年6月30日  
ひいらぎこども園  
園長 中田 純子

暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。体が暑さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。普段からの外遊びで体を鍛え、喉がかわいていなくても水分をこまめに摂取す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。



### アデノウイルス（プール熱・咽頭結膜熱）

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。症状が消えて2日経過するまで登園停止です。症状が治まっても、**10日間はプールをお休みしましょう。**



### 手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうがで、発熱することもあります。まれですが、全身に水ぼうが出る場合もあります。



### アデノウイルス

#### （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。早めに医療機関を受診しましょう。目症状が改善し、感染の恐れがないと認められるまで登園停止です。

## 気管支拡張薬 （ホクナリンテープ等）の 取り扱いについて

**気管支拡張薬は基本的に園での使用は禁止**しています。

- ・誤飲の危険…小さな子どもが誤って口に入れてしまう
- ・取り違えのリスク…落ちた薬を別の子が拾うなどのリスク

医師より、どうしても貼付薬が必要と診断された場合は、事前に園へご相談ください。安全に管理するため、以下の点をお願いします。

- ・薬に名前を記入する
  - ・薬の上に防水テープでの保護
  - ・剥がれそうな場合は、剥がして園で破棄する
- 園での薬の管理は、子どもの安全を守るためにとっても慎重な対応が必要です。ご理解とご協力をお願いいたします。

### 園での服装について

基本的に動きやすく、体温調節のしやすい通気性、吸水性のある服装をお願いします。また、汚れを気にせず遊ぶことができ、長いひもや飾りの付いていない物、フードの付いていない洋服にしてください（ひもや飾りは遊具にひっかかるなど、思わぬ事故の原因となります）。

**靴のサイズは合っていますか？**  
子どもの足は思っているよりずっと早く大きくなります。月に1度、つま先に5mmほどの余裕があるかチェックしてください。

**帽子のゴムは伸びていませんか？**  
子どもたちは毎日ぐんぐん成長しています。帽子のゴムが伸びていないか、身の回りのサイズが合っているか見直すことで、けがの予防や快適な園生活につながります。