



ほけんだより

8月号



2026年8月1日
 榎島ひいらぎこども園
 園長 宇野 智子

夏真っ盛りです。大人も子どもも毎日こまめに水分補給することが大事ですが、食欲不振や夏バテの原因につながる、冷たすぎる飲み物やアイスクリーム、糖分の多い飲み物には注意が必要です。

夏に多い感染症

ウイルス感染によって起こる病気です。感染力も強いので、必ず受診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、口の中の水ほう、口内炎が特徴です。症状が軽いと1～4日くらいで解熱します。

●手足口病



手・足・口の中に水ほうができ、発熱することもあります。食事はのど越しの良い物を食べましょう。

●水いぼ(伝染性軟属腫)



手足、身体などに水ほうのような、しこりができます。皮膚が触れることで感染します。タオル、浮き輪等から感染することがあるので、共有しないようにしましょう。

●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。

注意

登園可能となっても、10日間はプールに入ることができません。

●流行性角結膜炎



目が腫れ、充血し、普段より多くの目やニや涙が出ます。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。

注意

発生後1週間はプールが閉鎖となります。
 登園可能となっても、医師の許可が出るまではプールに入ることができません。

◆プール熱(咽頭結膜熱)・流行性角結膜炎は感染力が強いため、登園停止となります。登園の際は、病院を受診し登園届が必要です。

手足口病に注意しましょう

症状

熱がでることがある
 まれに合併症として
 髄膜炎を起こすことがある

てのひら、足の裏、
 口の中、おしりに、
 赤い発しんがある

下痢をする
 こともある

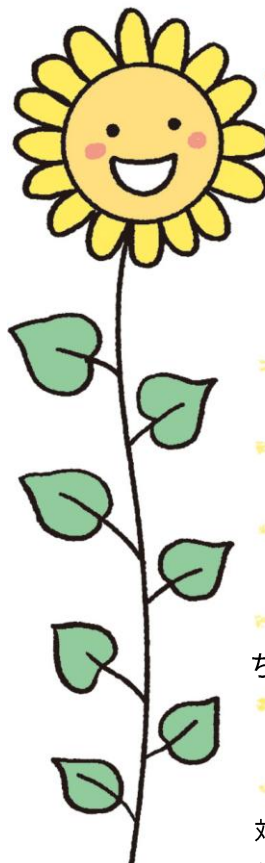
夏に流行することが多い
 病気です。感染力が強い
 ので、何度もかかる可能性
 があります。

口の中の水ほうが痛む
 ときは、プリンや野菜ス
 ープなど、のどごしのよい物
 を食べましょう。

治った後も、2～4週間
 くらいは便にウイルスが
 います。おむつ替えの後
 は、しっかり手を洗って
 ください。

症状により、登園を控
 えましょう。熱が下が
 って24時間は様子を見
 ましょう。いつもど
 おり食事ができれば
 登園可能です。

登園届は不要です。



視力検査を
 実施しました。

幼児さんを対象に、

視力検査を行いました。

眼科への受診対象基準

ちきゅう・たいよう組 0.7未満

ぎんが組 1.0未満

対象の方には「けんこうのきろく」に
 メモを貼り付けています。