



# ほけんだより

平成 28 年 8 月 26 日(金)

粉河保育園



～残暑お見舞い申し上げます～



うだるような暑さが続く毎日ですが、みなさま体調など崩されていないでしょうか？さて、子ども達は毎日運動会の練習に取り組み、プールあそびで暑さを吹き飛ばしています。大人に比べて小さい子どもは、暑い時期とても疲れやすいです。園でも活動の後は、水分を補給したり、休息をとるようにしていますが、おうちでも活動する時間とゆったりと過ごせる時間をつくっていただき、暑い夏をうまく乗り切っていけたらと思いますので、ご協力をお願いします。

## ★気をつけよう！夏に流行る病気★

夏に気を付けたい感染症。代表的な3つについて、主な症状をあげてみました。気になる症状が見られたら、すぐにかかりつけの病院を受診しましょう。

### ヘルパンギーナ

高熱と喉の痛み。  
特に喉は、水泡や潰瘍ができる為、かなり傷む(乳児はミルクが飲めないほど)

### プール熱(咽頭結膜炎)

高熱と喉の痛みのほか、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、口の中に小さな発疹や水泡ができ、熱が出ることも。



※感染症でお休みの場合、登園する際に「登園届」が必要です。

保護者名の後に必ず「印鑑」を捺印してください。



今回は、前回お知らせした「★気をつけよう！夏に流行る病気★」に加え、最近よく耳にするようになった「**クループ**」という病気についてお知らせしたいと思います。

## 急性喉頭炎(仮性クループ)

風邪のような症状から始まり、次第に犬の遠吠えのような咳をします。様態が急変し、呼吸困難になることもあるので、夜もしっかりとお子さんの様子を見て下さい。  
家では咳がひどくならないように、加湿したり、上半身を高くして寝かせるなどのケアをお願いします。咳が止まらない場合は、たて抱きにして落ち着くまで様子を見て下さい。



## どんな病気？

ウイルスや細菌に感染して、気管の入り口に当たる喉頭に炎症が起こります。赤ちゃんや幼児に起こりやすい病気で、苦しそうな咳が出て、息を吸うときにヒューヒューという音がする場合があります。  
初めは発熱や喉の痛みを伴った咳なので「風邪かな？」と思うのですが、次第に声がかすれてきて、犬の遠吠えのようなケーンケーンという咳に変わってきます。  
喉頭部分の気道が炎症を起こして腫れると、呼吸がしにくく、ひどい場合は呼吸困難になることもあるそうです。呼吸困難になりチアノーゼを起こしたら、一刻を争う緊急事態ですから、すぐに病院を受診してください。