

# がつ 8月のほけんだより

令和5年8月1日発行  
あいせん保育園

8月ですね。いよいよ夏本番です！夏の暑さにも負けず、水遊びを目一杯楽しんでいる子ども達。今月も熱中症や感染症、皮膚疾患などに気を付け暑い夏を元気に過ごしていけるよう見守っていきたいと思います。

## 感染症拡大しています

子どもたちの間で、夏風邪の代表格であるヘルパンギーナや手足口病、アデノウイルスなどの感染が拡大しています。また、新型コロナウイルスやRSウイルスなども増加しています。

### 《夏に流行する感染症》

#### ○ヘルパンギーナ

突然の発熱や喉の痛み、口の中の水疱性の発疹などが起こります。



#### ○手足口病

手の平や足の裏、口の中などに小さな水ぶくれのような発疹ができます。38℃位の熱が出ることもあります。



#### ○アデノウイルス感染症

アデノウイルスは呼吸器、目、腸、泌尿器などに感染症を起こすウイルスです。ウイルスの型によって症状が異なります。発熱や喉の痛みは見られず、目の充血・目やになどの結膜炎症状があるものを流行性角結膜炎（流行り目）、高熱・咽頭炎・結膜炎がみられるものを咽頭結膜熱（7-ル熱）と呼びます。流行性角結膜炎と咽頭結膜熱と診断された場合は登園停止となり、登園許可証の提出が必要となります。

## 夏こそ保湿！

夏は保湿しなくてもよい、あせもは保湿してはいけないと思いませんか？夏＝汗＝水分だから皮膚の水分は足りている、と思ってしまうよね。

### ～あせもってどうしてできるの？～

乾いた汗をそのままにしておくと、汗が蒸発して残った塩分や汚れが汗腺を詰まらせ炎症を起こしてしまいます。また、この塩分や汚れが肌に刺激を与え肌のバリア機能を壊します。これがあせもの原因です。

### ～あせもに保湿剤？～

肌を保湿する事で角質のザラザラを防ぎ汗腺を塞ぐ事が予防できます。また、保湿剤を塗っておくことで汗が蒸発して残った塩分や汚れを保湿剤と一緒に洗い流したりしやすくなります。

### ～あせもを予防するには～

- ・汗が濡く前に拭きとる
- ・汚れを洗い流す
- ・保湿する



## 8月7日 鼻の日

鼻は匂いを嗅いだり呼吸をしたりする他に、空気の湿度や温度を調節したり、空気中のゴミが体の中に入らないようにする役割があります。鼻水をすすると、せっかく鼻水がからめとってくれた細菌やウイルスが喉に流れてしまい炎症を起こすことがあります。また、急性中耳炎や滲出性中耳炎の原因にもなります。小さな子どもは上手に鼻がかめないので、親が手助けしてあげることが必要になります。

## 7月の健康情報

新型コロナウイルス、RSウイルス  
アデノウイルス感染症  
発生しました。

