



くまの子倶楽部  
三室保育園本館  
看護師 倉田 佳奈

緊急事態宣言が解除されてから東京を中心に新型コロナウイルス感染者がまた増えている状況です。まだまだ油断はできません。そして本格的な梅雨になりお天気が不安定な中、たまの晴れ間に外に出た子どもたちは、虫探しにかけっこに畑仕事と忙しそうに遊んでいます。さて、梅雨が明けると暑さも本番となります。食欲がなくなったり、体力も消耗しやすい為、体調の管理が大変な時期です。今年はプール遊びはなくなり、水遊びになりました。遊んだ後は身体が疲れていますので、園ではたっぷり休息や睡眠を取るようにしますが、ご家庭でも早寝早起きを心がけ、元気よく夏を乗り切りましょう！今月は夏に流行る感染症についてご紹介します。



### いんとう プール熱(咽頭結膜熱)

**\*原因**  
アデノウイルスによる感染症で、夏かぜのひとつです。プールの水を介して感染することがあるため「プール熱」と呼ばれます。潜伏期間は4～5日間。

**\*症状**  
高熱とのどの痛みがあります。充血、涙目、目やになど、結膜炎の症状や、下痢、嘔吐、頭痛を伴うこともあります。

**\*登園基準**  
症状がなくなってから、医師に診察していただき、登園許可証に医師印をもらってください。

### ヘルパンギーナ

**\*原因**  
コクサッキーウイルスによる感染症で夏かぜのひとつです。潜伏期間は2～4日間です。

**\*症状**  
高熱が出て喉の奥に水泡が出来、そのうちに潰瘍になります。痛みが酷いため飲み込みにくく、そのため水分が不足しがちになるので注意します。発病から2～3日ほどで熱は下がり、のどの痛みもおさまります。

**\*登園基準**  
症状がなくなってから、医師に診察していただき、登園許可証に医師印をもらってください。

### あせも

汗の出る穴が詰まり、皮膚の内側に汗が溜まって炎症が起る症状で、細かく赤い発疹が出ます。綿などの吸湿性、通気性のある衣服を選んで、汗をかいたらこまめに拭き、衣服を着替えさせることが一番の予防法です。

シャワーや沐浴などで治まることもありますが、かゆみがある時は、冷たいタオルなどで冷やすのも効果的です。

### 手足口病

**\*原因**  
コクサッキーウイルスによる感染症で、潜伏期間は3～5日間です。

**\*症状**  
手のひらや足の裏、口の中に赤い水泡が出来るのが特徴です。破れて潰瘍になると痛みを伴います。

**\*登園基準**  
症状がなくなってから、医師に診察していただき、登園許可証に医師印をもらってください。