

ほけんだより 夏号

令和2年7月7日
荒川区立汐入こども園
園長 大山 祐子
看護師 大熊トシ子

今年も暑い夏がやってきました。寝苦しい夜が続くと体調も、崩しやすくなります。エアコンや扇風機など上手に使用し生活リズムを整え、元気に夏を乗りきりましょう。

週末や休みの日に遠出するときは、行先の感染症の流行状況を調べ、なるべく三密を避けられるよう計画を立てましょう。また、日程に余裕を持ち、子どもの常備薬を忘れずに持ちましょう！

夏に多い感染症

咽頭結膜熱（アデノウイルス感染症）

38～39℃の高熱が続く、のどの痛みや腫れ目の充血などの症状がある。プールでうつることもあるのでプール熱ともいう。

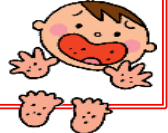
（登園のめやすは、
主な症状が消え2日経過してから）



手足口病

水疱性の発疹が口の中、手や足などにできる。口内炎で、食事がとれないこともある。高熱が続くときは髄膜炎などの合併症に注意が必要。

（登園のめやすは、
熱がない・食事がとれるなど）



★毎年、6～7月頃に咽頭結膜熱や手足口病が流行します。昨年は荒川区内でも流行し、近隣の小学校では学級閉鎖やこども園では親子でかかったという報告もありました。0～5歳が感染者の8割を占め、咳やくしゃみ・便などで感染するため、集団生活を送るところでは注意が必要です。

治った後も約1か月位はウィルスが便などから排泄されるため、うがいや手洗いをしっかり行い予防しましょう。家族でも、タオルや食器などの共用はやめましょう。

予防接種について



新型コロナウイルス感染症のため予防接種や乳幼児健診が一時中止になっていましたが、再開しています。病院での健診や予防接種は、専用枠のある時間帯を予約し受診しましょう。

集団生活ではいろいろな感染症が流行しやすいため、月齢に合わせて必要な時期に接種し、防ぎましょう。

5歳児で、麻しん（MR）予防接種がまだのお子さんは早めに受けてください。

汚れた衣服について



感染症の多くは、病人の咳による飛沫や鼻水等が感染源になりやすいと言われています。

今までも、胃腸炎の流行防止のため、吐物や便などがついた衣服は園では洗わずに家庭での洗濯をお願いしています。コロナウイルス感染症は、汗やよだれなどの体液でも注意が必要なため、尿失禁などで汚れた衣服やシーツもそのまま持ち帰ります。

ご協力をよろしくお願いします。

乳児クラスの保護者の皆様 歯科のアンケートのご協力ありがとうございました！

質問の多かったものについて、園歯科医の三浦先生にお聞きしました。



Q1 仕上げ磨きをどの程度行うのか？

A 毎日、寝る前に丁寧に行うのが理想ですが、嫌がるときは「5数えたらぴかぴかになる！」などを話し「1～5」を数えながらむし歯になりやすい上前歯の表だけ磨く。次の日は下の前歯だけ行う。慣れてきたら10数えながら奥歯も磨く。数えながら行うことですぐ終わることがわかり、嫌がるのが少なくなるそうです。上唇と歯茎の筋のような所は歯ブラシがあたると痛いので注意してください。

Q2 かかりつけは、どの位の頻度で通うのか？またどんなことをしてくれるのか？

A 1才6か月ごろから3～4か月ごと。歯医者に慣れることから始めて、子どもに合った磨き方のコツを教えてくれたり、むし歯予防のフッ素を塗ってくれます。親子で定期的にかかりましょう♪