ほけんだより　６月号

牛久さくら保育園
令和７年６月１日

梅雨の季節がやってきました。天気の変わりやすいこの時期は体調を崩しやすいので、十分に注意が必要です。衣服の調節にはいつも以上に気を配るようにしましょう。

6/18(水)　歯科検診

１８日９時ごろから歯科検診があります。歯磨きをしてから登園してください。
再受診の必要なお子様へは、お知らせを配布します。

乳幼児の間は仕上げ磨きをしてあげましょう。食事の時はしっかりと噛む習慣をつけましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる効果があります。

6/４(水)　尿検査

２日ごろにキットを配布します。４日の朝に尿を採取して提出してください。提出予備日は１８日です。

6/10(火)　内科健診

10 日 14 時ごろから内科健診があります。再受診の必要なお子様へはお知らせを配布します。

去年の夏は、手足口病やヘルパンギーナにかかるお子様がたくさんいました。熱性けいれんを引き起こしたり、まれに髄膜炎を合併することもあり注意が必要です。登園基準はどちらも「発熱や口腔内の水泡・潰瘍の影響がなく、普段の食事がとれること」です。元気になりしっかり食べられるようになってから登園してください。他にも夏は下記の通り、プール熱やはやり目（流行性角結膜炎）などのアデノウイルス感染症も要注意です。

夏に多い感染症

ウイルス感染によって起こる病気です。他人への感染力も強いので、必ず受診を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。症状が軽ければ１～４日くらいで解熱します。

プール熱

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。食事は消化のよい物を食べましょう。

手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ほうができ、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。

流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段より多く目やにや涙が出ます。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。