



lyocity



7月号

ほけんだより



こんな病気に注意！

咽頭炎・結膜炎

RS ウイルス

ヘルパンギーナ など

令和8年7月 病児・病後児保育室「いよっこすまいる」

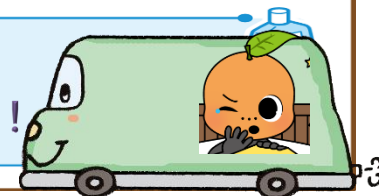


暑い日が続くようになりましたね。熱中症が心配な時期となりました。

体が暑さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。

喉が渇いていなくても、水分をこまめに摂取し、元気に夏を過ごしていきたいですね。

車内での
熱中症にご注意を！



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、口の中の水ぼう、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。

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。

手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうがで、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。



▽皮膚のケア▽

子どもは新陳代謝が活発で、たくさんの汗をかきます。放っておくと皮膚（ひふ）のトラブルにもつながるので、体を清潔にして快適な毎日を送れるようにしましょう。下記の他に濡れタオルで優しく拭き取ることも効果的です。



汗をかいたら、こまめにシャワーを浴びましょう。

お風呂上がりはバスタオルでしっかり体を拭きましょう。あせもができていいる時は、上から優しく押さえて水気を取ります。

