



社会福祉法人大和善隣館
幼保連携型認定こども園
月津こども園
R7年8月号

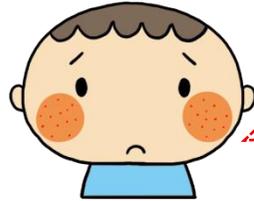
キラキラとまぶしい太陽と共に暑い日が続いています。熱中症警戒アラートが毎日のように発表されていますが、園内で夏まつりごっこや氷の感触遊び、室内での水遊びなど様々な遊びを、時には他年齢と一緒に楽しんでいます。8月はいつもより長いお休みを家族と一緒に過ごされるご家庭も多いと思います。暑さへの対応と一緒に食事や休息も気をつけ、夏を楽しめるといいですね。



りんご病 (伝染性紅斑) が流行しています

石川県内では4月30日から警報は発令されており、現在も多くの感染者数が報告されています。

どんな症状?



両方の頬がリンゴのように赤い発疹がでて、腫れてきます

太ももや腕、もしくは身体全体に赤い発疹やレースの網目模様の発疹が現れてきます

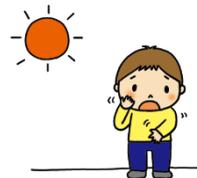


ウイルスで発症する病気で、大人も感染したことがなげばうつることもあります。赤い発疹部分がほてったり痒みを感じる場合があります。通常は1週間程度で症状が消えますが、長引いたり一度消えたのに、再度赤みが出てくることもあります。

対処方法



発疹が出た時にかゆみが出ます。直射日光に当たったり、熱いお風呂に入ると、赤みが強くなって症状が長引くことがあるので、短時間で切り上げてあげましょう。



りんご病は症状が出る前の時期に感染力があり、りんご病と分かった時には人にうつすことがありません。妊娠されている時に感染するとお腹の赤ちゃんに影響が及ぶことがあるので、日頃から手洗いなど基本的な予防を心がけましょう。

蚊に刺されると、すぐはれるのはなぜ?

蚊は、血液を吸うときに自分の口から唾液の成分を私たちの身体に注入します。この成分に、免疫が過剰に反応してアレルギーを起こし、腫れや痒みを起こします。

ただ、蚊に刺されたことのない赤ちゃんや刺された回数の少ない小さな子どもでは、身体の中でアレルギーが起こるのに時間がかかり、反応も強くなります。そのため少し時間がたってから、大きく腫れて驚くことがあります。

1~2日後に腫れてくる

刺された翌日くらいから、赤く腫れたり水ぶくれになったりし、数日続きます。

トラブルを起こさないためにも

虫を寄せ付けないように虫よけグッズを使用する、長袖を着るなどの工夫も大事になります。刺された時には、水で洗い流すなどして冷やすと、痒みが和らぎます。また日頃から皮膚を爪で傷つけないためにも、短く切りましょう。



ひどいときは病院へ

炎症を抑える塗り薬が必要な場合があります。痒くてかいてしまった傷口からばい菌が入るととびひになってしまう危険があります。ひどい時は早めに皮膚科や小児科で相談をしましょう。



水筒も毎日使っていると、緩くなり取れやすくなる部品や変形する部品が出てきてしまうことがあります。そこから思わぬケガにつながってしまいます。お子さんと一緒に水筒本体のチェック、使い方のチェックをしてみませんか。

ここが緩くなってしまいがちです
緩くなった場合は対応をお願いします

暑い日が続き、子どもも大人も食欲が落ちてしまうことが多いです。こまめな水分補給と共に食事をしっかり取ることも、熱中症の対策になります。特に朝食は重要で、食事を摂り身体の中を動かすことで自律神経が活発になり、体温調節も良好になります。少しの心がけ・声掛けで出来る熱中症予防の1つに取り入れてみてくださいね。