

毎日蒸し暑い日が続いています。元気そうに見えても暑さで体は意外と疲れています。睡眠を十分にとり、次の日に疲れが残らないようにしましょう。

下痢・嘔吐の症状に注意！

下痢・嘔吐は、感染性胃腸炎の主な症状です。特に、ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因となることが多いです。症状が見られる時は必ず受診し休養するようにしましょう。

もし保育園で下痢・嘔吐をしたら…？

- 園での感染症等の発生状況により、軽い症状でも連絡をする場合があります。
- 嘔吐や下痢で汚れた衣類や寝具等は保育園では洗わず、そのまま袋に入れてお返しします。二次感染を防ぐためです。ご了承ください。

登園の目安は…？

- 24時間以内に嘔吐がない。または下痢の回数が1回まで。
- 通常通り飲食しても嘔吐がない。

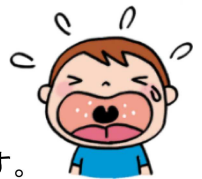


気を付けましょう！

夏に流行する感染症

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。水分がとれない程、口の中が痛むこともあり脱水症状に注意が必要です。



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。

プール熱（咽頭結膜熱）

高熱・喉の痛み・目の充血・目のかゆみが特徴です。**全ての症状が治まってから2日経過するまで出席停止**です。



7月の保健集会は「ルールを守って楽しく水遊びをしよう」です。安全に遊ぶためのルールを学びます。

7月の歯科指導は16日(水)です。

プール遊びが始まります！

- ☐ 朝の体温は何℃ですか？
- ☐ 元気はありますか？
- ☐ 食欲はありますか？
- ☐ よく眠れましたか？
- ☐ 下痢はしていませんか？
- ☐ 目の充血や目やにはありませんか？※1
- ☐ 咳は出ていませんか？
- ☐ 鼻水は出ていませんか？※2
- ☐ 肌に発疹や傷、ただれはありますか？※3



子どもたちが大好きなプール遊びが始まります。楽しく安全に遊べるように毎朝お子さんの健康チェックをお願いします。

- ※1 目の充血や目やにが見られる時は、結膜炎の可能性もあります。受診しましょう。
- ※2 黄色等の色の着いた鼻水（あおっぱな）が出る時は副鼻腔炎（ちくのう症）の可能性もあります。色のついた鼻水が出ている間はプールは避けた方が良いので、受診し医師に相談しましょう。
- ※3 血液や傷口からの滲出液からうつる感染症もあるため、傷やただれがある時はプール遊びはできません。