



ほけんだより 2016・6月 プール増刊号

野方さくら保育園 保健室

梅雨の季節になりました。気温や湿度も高くなっていきますし、朝晩と昼間の気温差もありますので、脱ぎ着できる服で調節したり、汗をきちんとふいたりするなど、体調の管理をしっかりして、毎日元気に過ごしましょう。

おうちのかたへ

いよいよ子どもたちが大好きなプール・水遊びが始まります。でも、準備や注意をおこたるとけがや病気につながります。次のような病気のある子につきましては、主治医と相談の上、プール・シャワーの判断をしていただくようお願いいたします。

- ①心臓や腎臓に病気がある子
- ②喘息がある子 (ホクナリンテープを貼っている時は、プール・水遊びはできません。シャワーについては、主治医の許可が必要です。)
- ③光過敏性の体質の子
- ④意識を失う発作を起こす可能性のある子
- ⑤アトピー性皮膚炎の症状がひどい子
- ⑥耳や目・鼻に病気がある子
- ⑦ひどく化膿した傷のある子 (とびひ、水いぼも含む)
- ⑧頭シラミに感染している子
- ⑨プールで感染したり悪化する可能性のある感染症にかかっている子
(裏面を参照してください)



上記以外でもお子様の朝の状態で、いつもと比べ体調がよくないようでしたら、プール・シャワーを見合わせるようご協力ください。

前日までにしておくことは?

【ぶつかる】とケガにつながります。手や足の爪は、短く切っておきましょう! からだの清潔にも気をつけましょう!

プールの前の日は、早めに寝て睡眠時間をしっかりととりましょう!



プールに入る日の朝は...

以下のような症状があるときは、無理せず、様子を見るようにしましょう!

●全身

- ・元気がない
- ・機嫌が悪い
- ・ぐったりしている
- ・顔色が悪い
- ・食欲がない
- ・熱がある
- ・皮膚がただれている・かぶれている
- ・ケガをしている



●お腹

- ・お腹が痛い
- ・下痢をしている
- ・嘔吐



●目

- ・充血している
- ・涙目になっている
- ・目やにがでている



●耳

- ・耳が痛い



●鼻

- ・鼻がつまっている
- ・鼻水がでている



プールで気をつけたい感染症



以下の疾患にかかったとき、また疑わしい症状があるときには医療機関を受診の上、必ず保育園にお知らせください。

ご協力をお願いいたします!!

咽頭結膜熱（プール熱）

39～40度の高熱が5日程度続き、のどの痛みが強く、目も赤くなります。さらに頭痛・吐き気・腹痛・下痢を伴うこともあります。アデノウイルスが原因です。

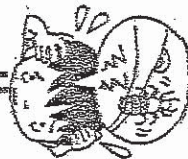
タオルの貸し借りなどから感染することもありますので、共用はさけてください。



伝染性膿痂疹（とびひ）

すり傷や虫さされ・あせも・湿疹などに化膿菌が入り込んで水ぶくれができます。これを掻きこわした手で他の場所をかくと、そこにまた水ぶくれがとびひします。黄色ブドウ球菌・A群溶血性レンサ球菌が原因です。

手洗いなどをしっかりし、皮膚を清潔に保つことが大切です。



ヘルパンギーナ

38～40度の熱が2～3日続きます。のどの奥に小さな水ぶくれができます。乳幼児のあいだで流行する夏かぜの一種です。

のどの痛みがひどい場合、飲食できずに脱水症状を起こすことがあるので注意が必要です。



伝染性軟属腫（水いぼ）

手足やからだに3mm程度の白色のイボが出来ます。掻いてしまうと、イボの中にあるウイルスが出て、感染部位が広がります。

プールでは、道具の共用・タオルの貸し借りはやめましょう。



アタマジラミ症

しらみの卵は髪の毛にフケのようにくっついてあります。フケは指でしごくのとれますが、しらみの卵は動きません。しらみに吸血されると痒いので、よく頭を掻いていたり、掻いたため傷ができていたりします。

タオルの共用や接触で感染します。家族も一緒に治療することが必要です。



手足口病

手のひら・足のうら・口の中に小さな水ぶくれができる病気です。おしりやひざにできることもあります。発熱・口の中の痛みから、食べられなくなる場合があります。



急性出血性結膜炎

強い目の痛み・違和感から、結膜炎の症状がでます。原因はエンテロウイルスや、コクサッキーウイルスの変異型です。

タオルの共用はさけてください。



流行性角結膜炎（はやり目）

結膜の充血・目のむくみなどが強く、流涙があったり、耳前のリンパ節が腫れて痛みます。原因はアデノウイルスです。

タオルの共用はさけてください。



腸管出血性大腸菌感染症

激しい腹痛と下痢・血便で、ひどくなると嘔吐や高熱を伴います。腸管出血性大腸菌O-157などが原因で、プールで大量発生することがあります。

