



ほけんだより

2020年6月30日
関東学院六浦こども園

新型コロナウイルス感染症による自粛期間は、当たり前になっていたことが奇跡の連続で、どれだけありがたいことなのか、痛切に感じました。不安を少しでも軽くするため、また最新情報を得るために、手元にある新聞やスマホ、テレビを見ていることが多くなるのも仕方がないことかもしれません。また、家の中で過ごす時間が長くなり、イライラすることがあるかもしれません。怒りを感じたときは、無理に我慢しようせず、可能であれば隣の部屋に行くなどその場から離れてみてください。離れるのが難しいようであれば、軽く目を閉じ、別のことを思い浮かべてみてください。このようにお伝えしておきながら、私自身ができていることはわずかです。お恥ずかしい限りですが、こうして皆さんへお伝えすることで、自分にも言い聞かせています。

さて、新型コロナウイルスが終息に至ってはいない状況ですが、第2波の流行を抑えることができおり、少しホッとしますね。子どもが新型コロナウイルス感染症に罹患した場合の主な症状は、発熱、乾いた咳です。発熱しないケースもあるようです。子どもは大人に比べて症状が軽いケースが多いようですが、2歳未満の子どもは比較的重くなる傾向があるようです。小さなお子さんは、筋肉痛や咽頭痛、頭痛などの訴えが十分にできないため、注意深く経過をみていきたいですね。こども園では、発熱、咳、鼻水で欠席されるお子さんが数名います。引き続きこども園では感染対策を講じてまいります。ご家庭でも、『手洗い』、『うがい』、『栄養』、『休養（質の高い睡眠）』、『換気』、『必要に応じて適切な消毒』をしていただくようお願いいたします。

*参照：保育現場の為の新型コロナウイルス感染症対応ブック 第1版 全国保育園保健師看護師連絡会

お子さんが体調不良になったとき、コロナウイルスに感染する心配があり、受診することをためらうこともあるかと思います。最近は初診であってもオンライン診療を受けられる病院も出てきています。他にも、受診前に電話相談することができたり、混雑状況をメール配信している病院もあります。これから流行する可能性のある夏風邪（プール熱、手足口病、ヘルパンギーナ）の情報を裏面に記載しています。軽度であっても症状が長く続く場合や家庭での療養に強い不安がある場合は、無理せずかかりつけ医に相談することをお勧めします。



おすすめの熱の測り方
(わきの下の最も深い場所に、斜め上に向けて体温計を当てましょう)

歯科健診 【園医：下鳥 典保先生】

7月2日(木) 9:30~

下鳥先生は、2001年5月より、富岡西で、しもとり歯科クリニック医院を開業されている歯医者さんです。2019年度より園医を引き受けてくださいました。歯のことでご心配なことがありましたら、事前に担任までお知らせください。当日は、歯磨きをして登園なさってください。



手足口病

《潜伏期間》 3～6日

《感染期間》 唾液へのウイルス排泄は通常1週間
糞便への排泄は発症から数週間

《感染経路》 飛沫感染・経口感染・接触感染

《症状》 ・水疱性の発疹が口の中、手(手のひら)、足(足の裏)
・水疱はかさぶたにならず治る場合が多い
・発熱は軽度
・口内炎がひどくて、食事が摂れないことがある

《治療》 対症療法

《登園のめやす》・発熱がなく(解熱後1日以上経過)、普段の食事が摂れることをめやすに医師の指示に従い登園してください。



※ 夏季に流行

※ 稀に重症化することもあるため、お子様の体調には十分お気を付けください。

※ 登園の際は、登園届(保護者記入)を提出してください。

ヘルパンギーナ

《潜伏期間》 3～6日

《感染期間》 唾液へのウイルス排泄は通常1週間未満
糞便への排泄は発症から数週間持続

《感染経路》 飛沫感染・経口(糞口)感染・接触感染

《症状》 ・突然の高熱(1～3日続く)、咽頭痛・のどの奥に水疱や潰瘍ができる
・咽頭痛で食事・飲水ができない時がある

《合併症》 熱性けいれん 脱水

《治療》 対症療法

《登園のめやす》・発熱がなく(解熱後1日以上経過)、普段の食事が摂れることをめやすに医師の指示に従い登園してください。

※ 夏季(6月～8月)に流行 ※ 1歳～4歳児に好発

※ 登園の際は、登園届(保護者記入)を提出してください。



プール熱(咽頭結膜熱)

《潜伏期間》 2～14日

《感染期間》 咽頭から2週間、糞便から数週間排泄される

《感染経路》 飛沫感染・接触感染

《症状》 ・38度以上の熱
・のどの腫れ頭痛
・目やにや涙、目の充血やまぶたの裏の赤み

《登園のめやす》 主な症状が消失してから2日が経過するまで

※ 登園の際は、医師記載の『意見書』を提出してください。

