



陽の木かげ・そよかぜだより



ご入学、ご進級おめでとうございます。新しい環境にワクワクするお友達やご家庭とは違う集団生活に初めて入り不安になるお友達がいたり新学期はあわただしい日々になります。慣らし保育の子どもたちもそろそろ1日保育になるのではないのでしょうか？病児保育のお預かりでも、保育園に行き始めたばかりのお子様が多いでした。子どもたちも、慣れない環境では体調を崩しやすいため、ご家庭での様子を注意深く見てあげてくださいね。

登園前の健康チェックポイント



今日、少し鼻づまりがあります。

目

- 目やにが増えた
- 目が赤い
- 涙目になっている

耳

- 耳を触る（気にするそぶりがある）
- 耳だれが出る

皮膚

- ポツポツができている
- 水ぶくれやうんだ場所がある
- 赤くはれている

ポツポツに気づいたら、時間とともに数が増えたかどうかも見ておきましょう。

鼻

- 鼻水・鼻づまりがある
- くしゃみが出る

おしっこ・うんち

- 回数や状態（色やかたさなど）、におい（すっぱいにおいは消化ができていない）がいつもとちがう

いつもとちがう……と思ったら、お知らせください

目に見える症状がなくても、「いつもよりも機嫌が悪い」「なんとなく元気がない」など、気づいたことがあったら、朝、登園時に職員にお伝えください。

お子さんの平熱ご存じですか？

毎日の検温を習慣にしましょう！（同じ時間帯で）

一般的に子どもの発熱の目安は37.5度ですが、個人差があります。特に0歳児は環境の影響を受けやすいものです。

平熱 36.7度 くらい

平熱 36.5度 くらい

平熱 36.3度 くらい

発熱

発熱

発熱

●タイミングを決める

体温は1日の中でも変動します。「朝起きて顔を洗ったら測る」「朝食後に測る」など、検温のタイミングを決めましょう。

ここチェック！

保護者の皆様は、お子様の平熱をご存知ですか？最近、日中の気温が高く、登園すると37.5℃を超えるお子様が多い様です。子供は、少しのことで体温が上がりやすいため、ふだん何でもない状態のときに、同じ時間帯に体温を測る習慣をつけて、お子様の平熱を知っておくことが重要です。病児保育でお預かりする場合も平熱をお聞きすることがあります。平熱が高いお子様の場合は、37.5℃を超えやすいため登園施設にもご相談されてみてはいかがでしょうか？そのためにもお子様の平熱は把握しておきましょう。



余計め下から押し上げる

3月17日～4月20日までに病児保育「陽の木かげ」でお預かりした病名と多かった年齢

多かった病名…咽頭炎・感冒・アデノウイルス感染症の順で多かったです。
多かった年齢…1歳が一番多く、次いで2歳・3歳が多かったです。
新学期に入り、保育園に行き始めたお子様のお預かりが多かったです。今まで、集団生活していなかったお子様が、集団に入ることによって、色々な病気にかかりやすくなります。この時期は、色々な病気に強くなる免疫力を高めている時期だと思って見守りましょう。



今回、溶連菌感染症のお子様をお預かりすることがありました。この病名の場合は、抗生剤を内服してから24～48時間経過し熱もなく食事が食べられ元気があれば登園可能になります。

一方、抗生剤の内服は、1日3回で2週間近く内服しなくてはならない場合が多いですが、保育園ではお昼の内服薬をお受けできない施設もあります。その場合は、受診先の小児科に相談または、お迎え時にすぐ内服させるなど対応しましょう。お迎え時にすぐ内服させた場合は、夕方分の薬は4時間空けてから内服させましょう。



溶連菌 感染症

溶連菌（ようれんきん）感染症とは、溶血性連鎖球菌という細菌による感染症で、喉の痛みを伴う咽頭炎の2割程度がこの菌が原因と言われています。5～10歳くらいまでの子どもがかかりやすく、発熱で気付かれることが多く、咳やくしゃみなどでうつります。



2～5日の潜伏期間の後、喉の痛みや、扁桃腺が腫れる症状から始まり、頭痛、体のだるさなど、かぜの症状と同時に38～39℃の高熱が出ます。発熱から2～3日経つと、首や胸、手首、足首に粟粒状の発疹が現れて強いかゆみを伴い、やがて全身に広がります。同時に、舌にイチゴ状の小さくて赤いブツブツとした発疹が現れます。

溶連菌感染症と診断されたら、抗生物質を10日から2週間程服用します。早い時期から服用する程、治療効果があるとされています。発症から5日程経つと、熱も下がり、発疹や喉の痛みも治まります。予防には、手洗い・うがいが基本です。

熱がある時は、水分補給を十分に行いましょう。また、喉の痛みがあるため、熱い物や刺激物、柑橘系の果物は避けましょう。回復後、まれに急性腎炎やリウマチ熱にかかることがあります。症状が消えても、医師の指示があるまでは、薬の服用をやめないようにしましょう。

