



ほけんだより 7月号

2026年7月
浦和いろは保育園
看護師 坂井田

じめじめとむし暑い日が続いています。体が暑さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は、熱中症に注意が必要です。喉がかわいていなくても水分をこまめに摂取するようにしましょう。

夏に多い感染症

ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ぼう、口内炎が特徴です。症状が軽ければ1～4日くらいで解熱します。



手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうがで、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。



プール熱（咽頭結膜炎）

プールで感染することもあり、高熱が3～5日くらい続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。食事は消化のよい物を食べましょう。

流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段より多く目やにや涙が出ます。周りの人への感染源となるので、タオルは共有しないようにしましょう。



シャワー・水遊び 当日朝のチェック



- ☐ 発熱はありませんか
- ☐ 咳・鼻水はありませんか
- ☐ 下痢や腹痛はありませんか
- ☐ 皮膚に異常はありませんか
- ☐ 目やにや充血はありませんか
- ☐ 食事や睡眠はとれていますか
- ☐ つめは短く切っていますか

- ・毎朝健康状態を観察し、シャワー・水遊びの可○否×を連絡帳にご記入お願いいたします。
- ・つめは切りましょう。
- ・ホクナリンテープなどの貼り薬は、はがれてしまった場合は破棄させていただきます。



おしらせ

- ◇6月17日：内科健診を行いました
未受診の方は、7月の0歳児健診時に行います。
- ◇6月25日：歯科健診を行いました。
未受診の方は、かかりつけ医での健診をおすすめします。
- ◇ほけんのはなし
・幼児クラス：「むし歯予防」をテーマに
お話ししました。
・ひなた組：「だいじだいじどーこだ」
つむぎ組：「いいタッチわるいタッチ」
絵本を使用しプライベートゾーンなど
についてお話ししました。
- ◇7月の保健行事
6日～身体測定（クラスごとに順次行います）
15日 0歳児健診