



2026 年 7 月 21 日
佐原めぐみこども園
病後児保育室めぐみ

暑い夏がやってきました。今年も猛暑が予想されていますので、しっかりと水分と朝ごはんをとってから登園しましょう。園では、子どもたちの体調の変化に気をつけながら元気に夏を楽しみたいと思います。今回は「夏の感染症」と「熱中症」についてお伝えします。

〈子どもの夏の感染症〉

感染症	主な症状	登園の目安
手足口病	・手・足・口の中に赤いポツポツ ・発熱（38℃前後） ・口の中が痛くて食べられない	熱が下がって普段通り食事ができれば OK
ヘルパンギーナ	・突然の高熱（38℃～40℃） ・のどの奥に赤い発疹や水ぶくれ ・のどの痛み	熱が下がり普段の食事がとれること
RS ウイルス感染症	・鼻水、咳がひどい ・ゼーゼー、ヒューヒュー呼吸がくるしそう ・発熱することも	呼吸状態が落ち着いていること
プール熱（咽頭結膜熱）	・高熱が 3～5 日続く ・のどの痛み、赤み ・目の充血や目やに	熱や目の症状が治まったあと 2 日が経過してから タオルなどの共有は避けて！ 医師記入の登園許可書が必要
溶連菌感染症	・発熱 ・のどの痛み ・いちご舌・発疹	抗生物質内服開始後 2 4 時間経過し熱が下がっていること
とびひ	・水ぶくれや赤いブツブツ ・かきむしるとジュクジュクに ・かゆみがある	患部が乾燥して、かさぶたになり 広がりがないこと タオルなどの共有は避けて！
流行性角結膜炎（はやり目）	・目の赤み・目やに ・ひどくなると発熱や下痢などをおこすことも	結膜炎の症状がなくなってから タオルなどの共有は避けて！ 医師記入の登園許可書が必要

重要！ 感染予防のポイント

- ✓こまめな手洗い・うがい
- ✓タオルの共有を避ける
- ✓十分な睡眠とバランスの良い食事
- ✓室内の換気・湿度管理



夏だけではなく、一年を通しての感染症予防の基本となりますので、習慣づけましょう。

〈登園前に健康チェックしましょう〉

- 目： ☐目が赤い ☐目やにが増えた ☐涙目になっている
- 耳： ☐耳をさわる（気にしている様子がある） ☐耳だれがある
- 鼻： ☐鼻水・鼻づまりがある ☐くしゃみが出る
- 皮膚： ☐発疹がある ☐水ぶくれや化膿している場所がある ☐赤く腫れている
- おしっこ・うんち： ☐回数や性状（色や硬さ） ☐においがいつもとちがう
- その他： ☐朝食はいつもどおり食べられたか ☐しっかりと睡眠はとれているか



園で元気に過ごすために登園前にかならず体調チェックしましょう。「なんとなくいつもとちがう」など気がついたことがあるときは、担任や看護師にお伝えください。

〈水筒の衛生管理してますか？〉

暑くムシムシした季節は特に、タオルや水筒のパッキン等のカビも繁殖しやすい時期ですので、ご家庭での洗浄・漂白をこまめにおこなうようにし、清潔を保ちましょう。



〈低年齢ほど危険な熱中症〉



子どもは大人に比べて体が小さく、暑さの影響を大きくうけます。また、暑さに対する体の反応も十分でないので、注意が必要となります。

こんな様子が見られたら・・・急ぎ病院へ！

- ☐唇や皮膚がカサカサしている
- ☐おしっこが普段よりも少ない
- ☐暑いのに汗をかいていない
- ☐顔色が赤い、または青白い
- ☐抱っこをすると体がほてっている
- ☐1 日中うとうとしている
- ☐ぐったりしている



こんなときは救急車を！

- 39℃の熱がある
- けいれんしている
- 意識がない
- 水をまったく飲まない



熱中症かな？と思ったら

- ①涼しい場所に移動する
- ②体を冷やす
- ③水分を少しずつ与える



※園での夏季の屋外での活動は、暑さ指数の実況値に基づいて判断し、安全に保育をおこなっています。

病後児保育室めぐみ ってどんなときに利用できるの？

- ・解熱剤を飲まずに解熱後 12 時間経過していて、水分などが取れている場合
 - ・ずっと咳が出ている・・・咳がひどく、お昼寝ができないなど、感染拡大の観点から集団生活が難しい場合
 - ・インフルエンザ・・・発症後 4 日が経過し、かつ解熱した翌日から 2 日経過している場合
 - ・骨折、捻挫、脱臼・・・治療中で、食事や移動に介助や援助が必要であり、園での集団生活が難しい場合
- ※お腹の風邪を含めた「おう吐・下痢」を伴う症状のある場合は、ご利用できません。

ご不明な点がありましたら看護師まで、お声かけください。

病後児保育室めぐみのご利用につきましても、お気軽にご相談ください。

☎070-1455-0167（9 時～1 6 時まで）

