



子どもの体の70%が水分 脱水を起こしやすいので要注意！

体温の調節機能が十分発達していないにもかかわらず、代謝が活発な乳児・幼児は、脱水を起こしやすいので、特に注意が必要です。

脱水になりやすい条件

- 汗をたくさんかいている
- のどが痛く、水分がとれない
- 食欲がなく、水分もとれない
- おう吐や下痢をしている

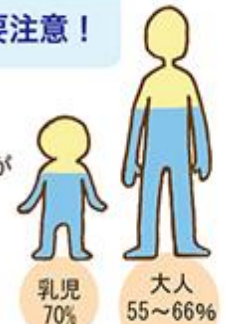
脱水にならないために

- 外出前、遊ぶ前から、前もって少しずつ水分をとる
- 汗をたくさんかくと塩分も排出されるので、食事におみそ汁やスープなどを加える

※子どもはのどがかわいても自分では言えないので、保護者が積極的に飲ませるようにしましょう。

初期の脱水のサイン

- トイレに行く回数や、おしっこの量が少ない（おしっこの色が濃い）
- 汗をかいてない
- 唇や皮膚が乾燥している



脱水のサインが見られたら

- 経口補水液（またはスポーツドリンク）を少しずつ飲ませる
- ※経口補水液は脱水症状が見られたときに飲むものなので、日常の飲料として使用すると塩分・糖分のとりすぎになるので注意しましょう。

脱水が進行すると

- 顔色が悪い
- ぼーっとしてる、元気がない、ぐったりしている
- 体温が上がる、逆に皮膚が冷たくなる

皮膚トラブル増えてきます

とびひ

感染してジクジクした湿しん（とびひ）が出来ます。早めに受診・診断を受け、抗菌剤等の塗り薬が治療の近道です。感染拡大防止の観点から保育園では、患部はガーゼの保護をお願いしています。覆えない場所（顔など）やガーゼをすぐとってしまうような場合は、登園を控えて頂きますようお願いいたします。とびひはプール・水遊びできませんのでご理解をお願いします。

やけど、虫刺され

虫刺され、花火の火傷で水膨れができる場合があります。水膨れができた場合も、ガーゼ保護して登園をお願いします。

※ガーゼ保護での登園時には、予備のガーゼ・テープをもって登園してください。

7月 感染症情報

手足口病

口の中にぼつぼつが出来て痛みのために飲んだり食べたりするのが嫌がります。半数の子は熱を伴います。その後手のひら足の裏に赤っぽい水ぶくれができて痛みます。原因となるウイルスが複数ある為、何度もかかる可能性があります。

☆登園再開の目安

- 発熱から熱が下がって 24 時間以上が経過
- 普段通りの食事が出来る

中耳炎

中耳炎は、鼓膜の奥にある中耳腔の粘膜に炎症が起こる病気です。子供は耳管が大人よりも太く短く水平に近いため、鼻や喉の細菌・ウイルスが中耳に入りやすく、感染しやすい構造になっています。

※市内ではヘルパンギーナ、手足口病、溶連菌が流行っています。手洗い、十分な休息をとって対策を行いましょう。