



2026 年8月号
友田保育園

8月7日は立秋。昔はきっとこの時期は涼しかったのですが、今の日本では秋はまだまだ先。温暖化の影響で少しずつ気温が上昇し、命の危機を感じるような暑さになる日もあります。7月21日以降、酷暑日（気温が40℃以上になる日）も全国ではありましたね。暑さに負けないためには普段からの体づくりが大切です。

<7月の子どもたちの様子> 感染症は、「手足口病」が乳児クラス7名、疑いを含め幼児クラス2名、「ヘルパンギーナ」が疑いを含め乳児クラス3名、「手足口病」または「ヘルパンギーナ」の疑いが乳児クラス1名、新型コロナウイルス感染症が乳児クラス1名、幼児クラス1名、「溶連菌感染症」が幼児クラス2名ありました。また、先月に続き、虫刺されて肌が腫れてしまったり、浸出液が出て「とびひ」になりそうなお子様には声をかけさせていただきました。

<子どもが熱中症になりやすい理由>

◎体温を上手く調節できない

汗をかく機能が未発達なため、汗をかいて体温を下げるのに時間がかかり、体に熱がこもりやすい。

◎地面との距離が近い

身長が低いため、地面からの照り返しの影響を強く受ける。ベビーカーやバギーに乗っているお子様は地面により近く、気温は大人が感じているより3～5℃高いので熱中症リスクは大人以上。

◎自分で予防できない

ひとりで水分補給ができなかったり、体に異変を感じても上手く伝えられなかったりする。



お子様の熱中症を防ぐために、十分な対策を取ってください。

こまめな
水分補給

帽子をか
ぶらせる

風通しの良い
服を着せる

※夏の車内温度：エンジン停止 20 分後には暑さ指数が「厳重警戒」レベルになります。

車内置き去りを防ぐ「りすきー」で熱中症から命を守ろう -車内の熱より保護者の温もり-

・「り」理由を問わず、残さない

子どもが寝ているから、ぐずるから、エアコンを直前までつけていたからなどは通用しない。

・「す」少しの時間でも、残さない

買い物や保育園、病院等への送迎シーンなど短時間でも危険。

・「き」季節や天候を問わず、残さない

曇りの日や直射日光が当たらない場所でも油断しない。

また盛夏だけでなく春や秋も注意する。



<8月7日は鼻の日> 鼻には、呼吸をしたり、においを感じたりする大切な働きがあります。鼻から吸い込んだ空気を温めて加湿し、最適な状態にして肺に送っています。また、ほこりや細菌などを取り除いて、体内に入る空気をきれいにしています。こうした機能を十分に働かせるためには、口ではなく、鼻で呼吸をすることが大切です。

★慢性的な鼻づまりになっていませんか？

★鼻づまりのほとんどは、鼻の粘膜が腫れた状態(鼻炎)になるために起こります。

慢性的に鼻づまりがあると…

① 口呼吸になる ② いびきをかく ③ 眠りが浅くなる …などの影響が出ます。

耳鼻咽喉科を受診し、原因を確認しましょう。



<とびひ> 医師の診断は必要だが、「意見書」や「登園届」は不要な感染症

→ 但し、医師の診断を受けたと園へ報告が必要

あせもやアトピー性皮膚炎、虫刺され、すり傷などを手で触ったり掻いたりすると、皮膚の表面に複数の雑菌が付着して繁殖し、皮膚がただれたり、水ぶくれになったり、瘡蓋になったりします。なかでも、黄色ブドウ球菌は高温多湿を好むため、**夏になると流行ります。**

患部を触った手で体の他の場所に触れる ⇒ 感染がさらに広がる。

ジュクジュクや患部が広がったりする場合は、受診のお願いをすることがあります。

- ・病院で内服の抗生物質を処方してもらうことがあります。
- ・タオルの共有や兄弟との入浴は控えましょう。
- ・「とびひ」と診断されたら、患部をガーゼ等で覆って直接触れないようにしましょう。

◎予防方法◎

- ・虫刺されやすり傷などは放置せず、水道水で洗い清潔にする。
- ・汗をかいたら、こまめに着替える。
- ・爪は短く切る。
- ・毎日シャワーを浴びて清潔に保つ。



「とびひ」になるとプールには入れません

よ てい
8月の予定

<身体測定>

幼児：17日（月）

乳児：18日（火）

<乳児健診>

17日（月）14：30～

7月、感染症の「手足口病」が東京都で警報基準を超えていました。引き続き手洗い、うがい等で予防をお願いします。

