



すくすく めえる

子育てほっとステーション あゆみ子どもセンター
熊本市北区武蔵ヶ丘1-4-32 (あゆみ保育園内)
☎096-339-5673 相談専用☎096-339-5721
http://www.kumamoto-ayumi.org E-mail: ayumi@wonder.ocn.ne.jp

【子どもの三大夏風邪】

＜アデノウイルス・プール熱＞ プールを介して感染することが多いのでプール熱と言われています。

- ・アデノウイルスによる感染症で、咽頭結膜熱ともいいます。
 - ・口や鼻の中やのどの粘膜あるいは目の結膜から体の中に入り込んで感染します。
 - ・38℃以上の高熱、のどの腫れと痛み、結膜炎による結膜の充血が主な症状です。
- また、胃腸炎を伴って、下痢や嘔吐を伴うことがあります。
- ・接触感染が中心ですが、便を介しての糞口感染もします。

＜手足口病＞

手足の水疱と口内炎ができる夏風邪の一種で、手と足と口に水疱ができるのが主な症状です。口内炎は口の前側や舌に多発します。

子どもは発熱しますが、高熱が続くことは少ないとされています。

飛沫感染や接触感染、糞便からの糞口感染もします。

症状がない時期にも感染しますが、水疱から直接感染することはありません。

原因となるウイルスは腸のウイルスが多いため、下痢を伴います。

症状が治まって1～2ヶ月以内に爪がはがれることもあります。



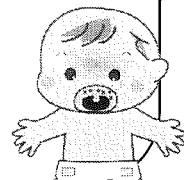
＜ヘルパンギーナ＞

ヘルパンギーナは、発熱と口蓋垂（のどちんこ）周辺に水泡性発疹（水ぶくれ）が現れる感染症です。

口内炎が口の後ろ側に多発します。

38℃～40℃の高熱が2～3日続きます。熱やのどの痛みがあるため、食欲が低下することもあります。

飛沫感染や接触感染、糞便からの糞口感染もします。



梅雨の時期はジメジメして気分も落ち込みがちじゃが、梅雨ならではの楽しさを見つけたり、晴れ間を見つけてはお外で思いっきり遊んで気分転換してみるのもいいの～。
これから少しずつ暑くなって夏の感染症が流行り出す頃・・・
夏風邪の原因となるウイルスに効く薬はなく、予防接種もないため、休養と栄養が一番の薬じゃ。
今回は、夏の三大感染症をご紹介しますので、参考になれば嬉しいの～。



☆ケア&対処法☆

- ・手洗い、うがいをしっかりしましょう。
- ・タオルを介しての感染が強いので、共用は避けましょう。
- ・お風呂でも感染するので、気をつけましょう。
- ・水分摂取をこまめに行い、脱水症を防ぐようにしましょう。
- ・2～4週間の長期にわたり便中にウイルスが排出されているため、排便後、おむつ交換後には手洗いを徹底しましょう。



☆ケア&対処法☆

- ・予防には手洗い、タオルを共有しないことです。
- ・口内炎ができると食欲が低下するので、アイスクリームやゼリー、プリンなどのどごしのよい物を摂取しましょう。また、ヤクルトやヨーグルトは乳酸を含むため、水疱が痛むのでおすすめできません。
- ・水分摂取をこまめに行い、脱水症を防ぐようにしましょう。
- ・2～4週間の長期にわたり便中にウイルスが排出されているため、排便後、おむつ交換後には手洗いを徹底しましょう。

ワンポイントアドバイス！！

脱水の見分け方をご存知ですか～？

『ハンカチーフサイン』という脱水の見分け方があるのでご紹介しますね！


手の甲の皮膚をつまみ上げてはなします。

正常な状態だと皮膚がすぐ戻りますが、3秒たっても皮膚が戻らない時は脱水を疑いましょう。

脱水を起こした場合は、すぐに病院受診をしましょう。



7月の予定 ☆ : すくすくタイム

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
			らっこ	☆	ぶれ・パパママ セミナー
5	6	7	8	9	10
☆	らっこ	ベビー	らっこ	☆	お休み
12	13	14	15	16	17
☆	らっこ	☆	☆	☆	お休み
19	20	21	22	23	24
☆	らっこ	ベビー	海の日 	スポーツの日 	お休み
26	27	28	29	30	31
☆	らっこ	☆	らっこ	☆	どんぐり クラブ

※3日に予定しておりました「ぶれ・パパママセミナー」は新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、中止と致します。

- ☆利用される際には、必ず事前に電話で予約をお願いします。
- ☆感染予防対策の為、一度に利用する人数の制限等を行います。

『らっこちゃん』

対象：1才以上の就園前の親子

1日の利用を1時間程度とさせていただきます。

- ①10:00~11:00 室内あそび
- ②11:30~12:30 室内あそび又は園庭あそび

※園児との交わりを避けるため、園庭あそびは②の時間帯のみとさせていただきます。

◎今月は水遊びも予定しています。日程が決まりましたらお知らせします。

『ベビーらっこちゃん』

対象：1才になるまでの親子

1日の利用を1時間程度とさせていただきます。

- ①10:00~11:00
- ②11:15~12:15

『☆ : すくすくタイム』

時間：9:30~12:30

15:30~17:00

※本来は、自由に遊べる時間ですが、

しばらくの間利用できる時間は、この間の1時間程度にさせていただきます。

『電話相談』 ☎096-339-5721 (相談専用)

毎週 月~金 (9:30~17:00)

*子育てに不安があったり、どうしたらいいか悩んでいる方、お気軽にご相談ください。

◆地域の子育てサークル紹介◆

●武蔵っ子クラブ：武蔵校区

場所：武蔵コミュニティセンター

日時：第3火曜日

○外あそびの会『ほっとらっく』

場所：武蔵ヶ丘西公園

(武蔵ヶ丘幼稚園西隣)

日時：第2・3木曜 西公園 10時30分~12時

※8月・1月はお休み

主催：武蔵子育てネットワークの会

※子育てサークルとは??

乳幼児とその保護者が定期的集まり、親子で自由に遊んだり、子育ての情報交換や悩みを相談し合うなど、子育て中の親子が孤立しないよう地域で活動しているグループのことです。

●ゆげままクラブ：弓削校区

場所：弓削コミュニティセンター

日時：第1・3月曜日

○外あそびの会『ほっとらっく』

場所：弓削古閑の上公園

日時：第2木曜 10時30分~12時

主催：弓削ゆるっと子育てネットワーク

●ふれあいママクラブ：楠校区

場所：楠コミュニティセンター

日時：第3水曜 10時から12時

主催：楠校区子育てネットワーク

●ニッキースマイルクラブ：楡木校区

場所：楡木コミュニティセンター

日時：第4木曜 10時~12時

主催：楡木校区子育てネットワーク

●ひよこママ：龍田校区

場所：龍田コミュニティセンター

日時：第2金曜 10時~12時

主催：龍田・龍田西校区子育てネットワーク

◇問い合わせ◇

北区区役所保健子ども課

☎096-272-1128

※状況によっては中止になることがあります。

◇あゆみ子どもセンターを利用する時のお願い◇

- ・健康チェックシートの記入をお願いします。また、非接触で検温をさせていただきます。
 - ・マスク着用をお願いします。(お子様で着用が難しい場合を除く)
 - ・手指の消毒をして遊びましょう。
 - ・体温が37.5℃以上の場合、咳や鼻水など風邪症状がある時は来るのを控えましょう。
 - ・お昼ごはんの飲食は、しばらくの間できません。
 - ・密接防止のため、利用人数、利用時間を制限させていただきます。
 - ・使用したおもちゃは職員にご返却ください。
 - ・しばらくの間、行事は休止します。
- ※何か気になること等ありましたら、遠慮なくお尋ね下さい。
支援センター内での感染拡大防止の為、お一人お一人のご理解、ご協力をよろしくお願いします。

