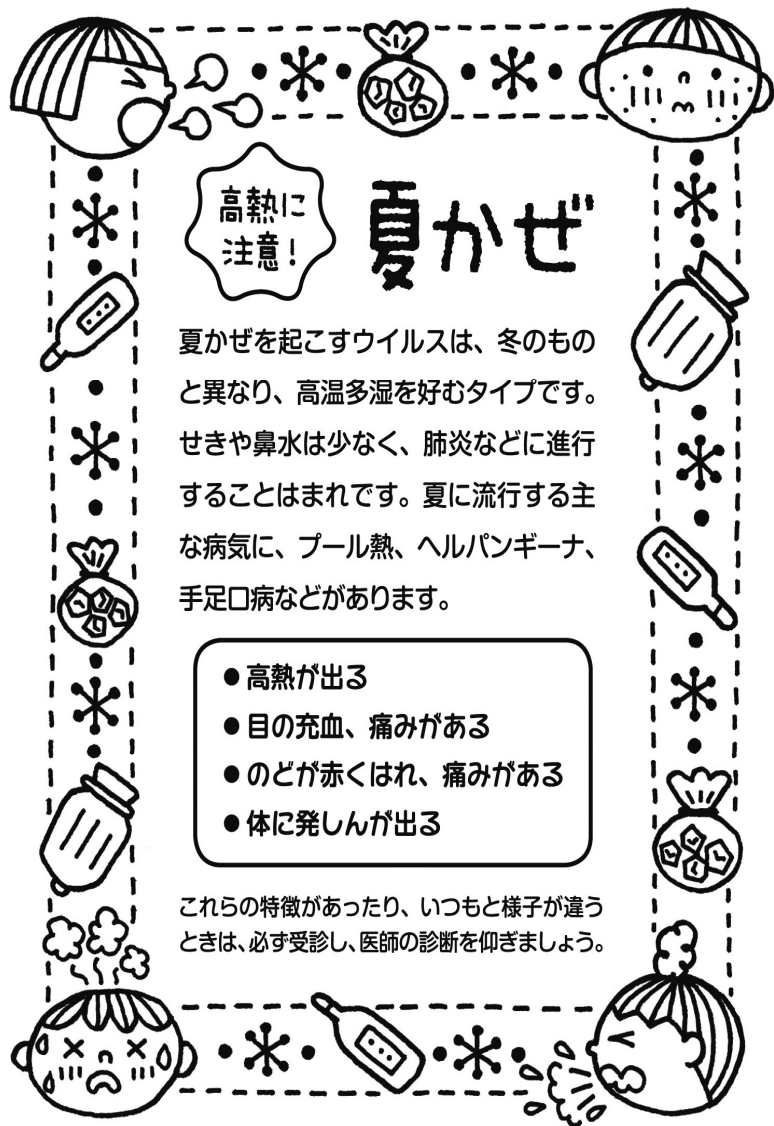




7月のほけんだより

令和8年7月発行
嘉麻市病後児保育室
にこにこルーム
TEL 0948-52-0700

日に日に日差しが強くなり、いよいよ夏本番です。体力を消耗しますので、たっぷり遊んだ日はおうちではゆったりと過ごせるようにご配慮ください。気温が上がると体調を崩しやすい時期になりますが、病気の予防のために手洗い・消毒・うがい等の対策をお願いします。



高熱に
注意!

夏かせ

夏かせを起こすウイルスは、冬のもの
と異なり、高温多湿を好むタイプです。
せきや鼻水は少なく、肺炎などに進行
することはまれです。夏に流行する主
な病気に、プール熱、ヘルパンギーナ、
手足口病などがあります。

- 高熱が出る
- 目の充血、痛みがある
- のどが赤くはれ、痛みがある
- 体に発しんが出る

これらの特徴があったり、いつもと様子が違う
ときは、必ず受診し、医師の診断を仰ぎましょう。

毎朝の健康チェックをお願いします

- ☐ 熱はありませんか?
- ☐ 食欲はありますか?
- ☐ 前日よく眠れましたか?
- ☐ 咳・鼻水・下痢・腹痛は?
- ☐ きげんは良いですか?
- ☐ 皮膚に異常はありませんか?
(傷やただれ、化膿している)

ご心配な点がある場合は
保育所にご相談下さい。



夏かせ対策

脱水に気をつけて!

夏に流行するかせ(ヘルパンギーナ、プール熱
など)では、高い熱が出るため、水分不足になる
ことも。こまめに水分を補給しましょう。

【ちょっとずつ飲ませる】

乳児には、スプーンで水や麦茶、子ども用イオ
ン飲料などを少しずつ飲ませましょう。

※0～6か月の乳児には、母乳・ミルク以外飲ま
せる必要はありません。

【飲める物をあげる】

本人が飲みたがる物をあげましょう。
元気になったら、通常の飲み物に戻します。

【酸っぱい物は避ける】

のどが痛むときは、
オレンジジュース
など、酸味の強い
物は避けます。



病後児保育室 にこにこルーム

熱は下がって元気も良いけれど、まだ普通の食事は
あまり食べれない・・・そんなときは病後児保育室
にこにこルームを利用してみませんか?

詳しい内容については
病後児保育室にこにこルームへお電話下さい
(0948-52-0700)

- ・かかりつけ医の書類が必要です
- ・利用料金…無料
- ・病気回復期のお子様が対象です
- ・生後6ヶ月～小学校6年生まで