

ぱおぱお ニュース

< 病 気 の 豆 知 識 >

今月は…『 ヘルパンギーナ・手足口病 』です



いわゆる“夏かぜ”と呼ばれる感染症のうち、最も多く見られるものです。いずれも主にコクサッキーウイルスが原因なのですが、症状の出方が少し異なります。潜伏期間は2～6日です。以前かかったことがあってもまたうつることがあります。

★ ヘルパンギーナ ★

突然39℃前後の熱が2～3日続きます。
口の中をのぞくと、喉の奥に赤いプツプツや
白い膿などの口内炎がみえます。

★ 手当てのポイント ★

- ・どちらも特効薬はありません。安静を保ち自然に治るのを待ちます。
- ・口の痛みで“飲まない・食べない・むずがる・よだれが増える”ということがよくあります。
- ・脱水にならないように、注意が必要です。
- ・おしっこの回数が一日3回以上あるように水分を十分に与えましょう。
飲めないときは少量ずつ頻回に与えてください。
- ・食べ物は口の中を刺激しないように、薄味の物ややわらかい物、水分を多く含んだ物がいいでしょう。
汁物やフルーツなどはしみる場合もあるので、注意して試すなどして気をつけてあげましょう。

★ 手足口病 ★

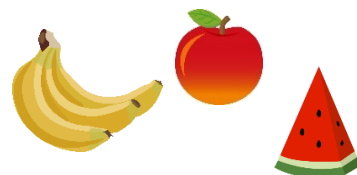
その名のように手のひら・足の裏・口の中に
赤い水疱ができる病気です。
お尻やひざなどにできることもあります。
手足の水疱は痛がりませんが、
口の中が痛くて食べられなくなることがあります。



プリンやアイスなどは
冷たくて痛みも
感じにくいです。
カロリーも摂れますね。



バナナなどの
果物類は大好きで
食べてくれることも。



水分もとれずにぐったりしている場合には、早めに受診しましょう。

< 感 染 症 情 報 >

感染性胃腸炎	7
インフルエンザ	6
RSウイルス	5
手足口病	4
アデノウイルス	4
ヘルパンギーナ	3
コロナ	2

先月の
子ども診療所
8/1～8/22



子ども診療所では…

- ・先月に引き続き様々な感染症がでています。
- ・8月に入りインフルエンザが出てきています
胃腸炎も変わらずです。

病児保育室ぱおぱおでは…

- ・夏風邪や気管支炎、胃腸炎のお友達が多く
入室していました。手足口病は少しずつ
落ち着いてきています。

< 防災の日 >



9月1日は「防災の日」です。地震や台風、大雨などの自然災害は、いつ起こるかわかりません。小さなお子さんがいるご家庭では大人だけでなく子どもの目線で日頃から家族で備えておくことがいざという時の安心につながります。

<子ども用防災リュック>

飲料水や非常食のほか、子どもの年齢に合わせて準備しておくで安心です。子どもの成長は早いため、防災リュックの中身は定期的な見直しが必要です。サイズが合っているかの確認をしておきましょう。



- ・予備のお薬・お薬手帳のコピー： 慢性の病気がある子は必須です。
- ・着替え・下着（3日分）： 少し大きめのサイズを用意します。
- ・使い捨ておむつ・おしりふき： 多めに準備し、サイズも確認します
- ・ネックライト・防寒具： 暗い場所での移動や、秋の寒暖対策に役立ちます
- ・食べ慣れた非常食・液体ミルク： 災害時のストレスでも食べられるお気に入りのもの
- ・お気に入りのおもちゃ： 不安を和らげる小さなぬいぐるみや絵本



<家族の約束事を決めましょう>

災害時は連絡が取りにくくなることがあります。

- ・集合場所・避難場所・家族との連絡方法を事前に確認しておきましょう



ぱおばおでは毎月 地震や火災など災害時に備え、お預かりしているお子さんの体調を考慮しながら避難訓練を実施しています。

災害時は連絡が取れない状況を想定し**災害伝言ダイヤル**を活用します。

操作方法今一度ご確認ください。

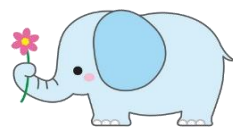
①「171」をダイヤル

②音声ガイダンスに従って操作してください

入力する電話番号は ぱおばお直通 **042-521-2777**です。こちらで録音した伝言を聞くことができます。地域の一時避難所は第三小学校となっていますが伝言ダイヤルをご確認ください。

<災害時の連絡先確認のお願い>

保護者の緊急連絡先が変更になった場合ぱおばお連絡帳の変更をお願い致します。ご理解ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



お問い合わせ 病児保育室ぱおばお 042-521-2777



新規ご登録は随時行っております。まずはお気軽にお電話を♪

お問い合わせ 病児保育室ぱおばお（月～金 8：30～17:30）

TEL 042-521-2777 （事前登録予約 10:00～16:00）

*** 利用登録の更新をされていない方も前日予約ができませんのでご注意ください**

