



すくすくだより



新年度に入り、早いものでひと月が経ちます。お子さん達も、新しいクラスに慣れ、新しいお友達もでき、楽しく園生活を送っていると思います。初めての集団生活で体調を崩してしまうお子さんもいるのではないのでしょうか。

集団生活は、様々な感染症が流行します。私たちは年齢を重ねるにつれて抵抗力が付き、感染症にかかりにくくなります。しかし、乳幼児では免疫機能が未熟のためちょっとした感染症も重症・長期化することがあります。家庭の事情でなかなか休養するのが難しいかとは思いますが、自宅でゆっくり休養をとることが病気を治す一番の近道です。

今回は、乳幼児にかかりやすい代表的な感染症と登園の目安についてのお話です。



かかりやすい感染症と登園の目安



| 病名 | 症状 | 登園の目安 |
|-----------------|---|---|
| 手足口病 | 手、足、膝、肘、おしりに周囲の赤い小さな水疱がみられる。また口の中にも水疱ができ、破れて潰瘍化（ただれた状態）すると痛みがでて、食事が摂れないことが多い。 | 解熱し普段の食事が摂取できる |
| 咽頭結膜熱（プール熱） | 発熱、のどの痛み、結膜炎が同時に現れる。39℃前後の高熱が4～5日続き、時に腹痛や下痢、嘔吐、耳前のリンパ節の腫れと痛みがみられる。結膜炎の症状は流行性角結膜炎より軽い。 | 発熱、充血等の結膜炎の主な症状が消失した後、2日を経過している |
| ヘルパンギーナ | 発熱、のどに水疱ができ、ときには頭痛、腹痛もみられる。のどの水疱が潰瘍化（ただれた状態）し、のどの痛みがでるため食欲が低下する。夏に多い。 | 解熱し普段の食事が摂取できる |
| 流行性角結膜炎（はやり目） | 結膜の充血、流涙、水のような目やに、まぶしい感じ、眼瞼結膜のむくみ（まぶたの腫れ）、耳前リンパ節の腫れがみられる。 | 症状が消失している |
| ウイルス性胃腸炎 | 原因となるウイルスによって違い、主に嘔吐、下痢がみられる。脱水を合併することがある。ロタウイルスでは、しばしば白色便となる。 | 嘔吐・下痢等の症状が治まり、普段の食事が摂取できる |
| インフルエンザ | 寒気を伴う高熱、頭痛、筋肉痛、全身のだるさ、症状がひどくなると咳、のどの痛み、嘔吐、下痢がみられる。 | 発症後5日かつ解熱後3日を経過している |
| 麻疹（はしか） | 発熱、咳、鼻水、くしゃみ、目やに、口の中の粟粒状の白い斑点（コプリック斑）がみられ、一度解熱した後再び発熱する。皮膚に2～5mmの鮮やかな赤い発疹が現れ、3～4日で回復する。 | 解熱後3日を経過している |
| 水痘（水ぼうそう） | 発熱と同時に水疱が出現する。水疱の周囲は丸く赤く、全身に広がり頭髪部や口の中にもみられる。発疹は始め透明な水を持つが、その後混濁した黄乳色に代わり、暗褐色のかさぶたになる。 | すべての発疹がかさぶたになっている |
| 流行性耳下腺炎（おたふくかぜ） | 1～6日間、頭痛や発熱があり、片側又は両側の耳や顎の下にある唾液の出る腺（耳下腺、顎下腺、舌下腺）が腫れて、食物を噛むとき・飲み込むときに痛みがみられる。 | 耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫れが出現後5日を経過し、かつ全身状態が良好になっている |
| 風疹（三日ばしか） | 発熱と共に2mm程度の発疹（淡紅色）が出現し、顔面から始まり、頭部、体幹、四肢へと広がる。後頭部及び頸部、耳後、わきの下などのリンパ節が腫れる。 | 発疹が消失している |



5月の健診日程のお知らせ

- ★4か月児健診（受付9:00～10:15）
毎週火曜日：9、16、23、30日
 - ★1歳6か月児健診（受付12:45～14:00）
毎週水曜日：10、17、24、31日
 - ★3歳児健診（受付12:45～14:00）
毎週木曜日：11、18、25日
- 場所 保健所・保健センター「ほいっぶ内」
（中野町字中原）
問合せ：☎39-9160（こども保健課）

※対象の方には、自宅へ健診日1か月前に健診票を郵送します。ご案内の日時に健診を受けてください。変更する場合は、必ず事前にご連絡ください。

※ 症状の出方や治る経過は、一人一人違いがあります。また、登園して良いか迷う時は、所属の保育所等に確認しましょう。

※ 発熱や発疹や水疱、目やに、嘔吐や下痢などがある時は、感染症の可能性あります。医師の診察を心がけましょう。

感染症の予防にはワクチンがあり、生まれてから多くの予防接種を受けます。かかりつけ医と相談しながら計画的に受けましょう。3歳になると日本脳炎、年長児はMR（麻疹・風疹）ワクチン2回目があります。忘れずに受けましょう。

日常の感染予防は、手洗い・うがいが大切です。そして、規則正しい生活、栄養がありバランスの良い食事、適度な運動、十分な休養をとることです。毎日元気に過ごしましょう。

豊橋市保育課 こじか子ども園 病児保育室 保健だより
2023年5月1日 ☎25-0528