



令和3年7月26日  
松島さくら保育園 保健室

本格的な夏がやってきました。暑い日が続く、食欲が落ちたり、暑さのために寝不足になったりと体調を崩すこともあります。エアコンなどを上手に活用して、暑い夏を乗り越えましょう。また、新型コロナウイルスの蔓延が継続している中、さらに夏には様々な感染症も流行ります。手洗い、うがいをして感染対策をしていきましょう。

## 夏に多い感染症について

子どもが感染症に罹患すると、大人と違い症状が重くなることもあるため、症状の変化に注意が必要です。普段と様子がおかしいと感じたら早めに医療機関を受診しましょう。予防法は、冬場とあまり変わりません。部屋の乾燥を防ぎ、手洗いをしっかり行い、バランスのよい食事をとって規則正しい生活を心がけましょう。



### 手足口病

**症状** 手のひら・足の裏・口の中に小さな水ぶくれができる。  
口の中が痛くて飲食ができなくなることがある。

**感染経路** 飛沫感染 経口感染 接触感染

**潜伏期間** 3～6日

回復後も数週間～数か月間にわたって糞便からウイルスが排泄されるので、おむつ等の取扱いに注意し、手洗い・うがいをしましょう。

### 咽頭結膜熱(プール熱)

**症状** 高熱が4～5日続く  
のどの痛み 目の充血 高熱

**感染経路** 飛沫感染 接触感染

**潜伏期間** 2～14日

アデノウイルスが原因で、夏にプールを介して児童の間に流行するので「プール熱」とも言いますが、プールに入らなくてもうつります。30日ほど糞便からウイルスが排出されるので、おむつ等の取扱いに注意し、手洗い・うがいをしましょう。タオルの共用も避けましょう。



### 溶連菌感染症

**症状** 発熱 のどの痛み  
舌が莓状に赤く腫れ、全身に鮮紅色の発疹がでることがある

**感染経路** 飛沫感染 接触感染

**潜伏期間** 2～5日

発症数週間後にリウマチ熱、腎炎等の合併症を起こすことがあるため症状が治まってからも、決められた期間は抗菌薬を飲み切りましょう。

### ヘルパンギーナ

**症状** 高熱が1～3日続く。のどの奥に  
小さな水ぶくれができ、痛みが強くて  
飲食できなくなることがある。

**感染経路** 飛沫感染 経口感染 接触感染

**潜伏期間** 3～6日

回復後も数週間～数か月間にわたって糞便からウイルスが排泄されるので、おむつ等の取扱いに注意し、手洗い・うがいをしましょう。

