



ほけんだより 7月

あいかわちようりつすがわらしやうがっこう
愛川町立菅原小学校
令和6年7月6日発行
養護教諭 佐藤寧々

暑い日が増え、熱中症の心配が高まってきました。登下校時や休み時間、外に出るときには必ずぼうしをかぶるよう度々伝えておりますが、まだ定着していない児童もいます。ご家庭でも水筒や帽子の確認をしていたき、体調管理にご協力いただければと思います。

ふえています！ てあしくちびょう 手足口病ってなに？



手足口病は、夏に流行するウイルス感染症です。5歳未満の子どもにかかりやすいですが、兄弟などからうつってしまい、菅原小でも何人か報告が出ています。今年は警報レベルの流行だそうです。

症状 ●手のひらや口の中、足の裏などに発疹（2～3mm程度）が出る

●熱は出ないこともあり、出たとしてもあまり高くないことが多い

▶ほとんどは数日のうちに治りますが、まれに合併症（髄膜炎、脳炎、心筋炎など）を引き起こすことがあるので注意が必要です。また、症状が消失してから1か月以内に手足の爪がはがれることがあります、自然に治るとされています。

感染経路

- 飛沫感染（咳やくしゃみのしぶきを吸い込む）
- 接触感染（ウイルスがついたところを触って、口に入る）
- 糞口感染（感染者の便の中のウイルスを触るなどして、口に入る）

その他

▶手足口病は出席停止の感染症ではありませんが、集団生活ではうつりやすいです。手足口病かも？と思ったら病院を受診していただき、お医者さんの指示にしたがってください。



なつやす 夏休みの生活



やすちゅう
休み中も、
はやねはやお
早寝早起きを
こころ
心がけましょう



しよく
3食しっかり
た
食べて、夏バテを
よぼう
予防しましょう



なつやす
夏休みを利用して、
ひつよう
必要な治療・受診を
す
済ませましょう