

# 9月のほけんだより

それぞれの夏休みが終わり日常が戻ってきました。9月とはいえまだまだ暑い毎日です。今月は10月の運動会に向けて、本格的に練習が始まります。年長さんは汗をかきながらも、真剣な表情で練習をスタートしました。残暑の時期、体調管理に努めたいと思います。

**9月1日は防災の日**

非常用品は備えていますか？  
もしものとき、すぐに取り出せるよう、決まった場所に用意しておきましょう。また、定期的の中身のチェックをし、水や食料品など、期限切れの物が入っていることのないようにしましょう。

**\*2日は、引き渡し訓練が予定されています。**

## 運動会練習についてのお願い！

残暑の厳しい時期の練習になります。ホールやクラス内、駐車場、園庭、公園など、様々な場所での練習で怪我や体調不良のお子さんが、毎年医務室にやってきます。そこで、保護者の皆さんにいくつかのお願いがあります。

### ★栄養、水分補給

- ・暑さだけで消耗します朝食はしっかり食べてエネルギーを満たして登園して下さい
- ・水分補給も忘れずお願いします脱水対策は汗をかいてからの補給では間に合いません

水筒の中にはジュースなどは入れないで下さい。ただしスポーツドリンクは許可を頂きました



### ★運動靴について

足のサイズにあった履きなれたものを履いてください  
思い切り動けません！

転びやすくなり膝の擦り傷が多くみられます  
新しい靴の靴ずれも・・・

## おとぎ今月の感染症

ヒトメタニューモウイルス	1名
RSウイルス	2名
ヘルパンギーナ	1名
フル熱 《アデノウイルス》	10名
手足口病	32名

### ★今年は手足口病が大流行です

7月は31名、8月は32名で合計63名の報告がありました。診断はされていないが、そうだったらしいと報告されたお子さんを入れると、園の約半数近くの感染となります。7月と8月に2回の感染をしたという報告もありました。

発熱が無く、元気で食事が食べられれば登園できます。なかには、口の中の発疹がひどくて食べられずに回復までが長引いたお子さんもいました。

まれに、髄膜炎などの合併症を起こすことがあります。頭痛や嘔吐を伴う発熱が続く場合はすぐに受診して下さい。

症状が軽快してからも、長いと1ヶ月くらいは便や唾液からウイルスが排泄されます。お子さんの、便の処理には注意が必要です。手洗いも丁寧に！