



入園や進級などの新しい環境や生活に、緊張しながら頑張ってきた子どもたち。お出かけするのに良い季節ですが、連休中は生活が不規則になりがちです。連休明けに疲れをひきずらないように、生活リズムを整え、ゆっくり休んでから5月を元気に過ごしましょう。

## 《春から夏にかけて流行！》

### 咽頭結膜熱(プール熱)

症状：39℃～40℃の高熱が続きのどの痛みや結膜炎がみられます。

アデノウイルスのよる感染症です。多くは自然に治りますが、症状が出た場合は受診するようにしましょう。プール熱といわれる事がありますが、プールに入らなくても感染します。

登園の目安：主な症状が消失して2日経過してから。登園届が必要です。

### ロタウイルス感染症

症状：急性の胃腸炎で、水のような下痢、嘔吐、発熱がみられます。

安静と水分補給により1週間ほどで治りますが、脱水になる可能性もあるため、早めに受診するようにしましょう。

登園の目安：嘔吐、下痢などの症状が治まり、普通の食事ができるようになってから。医師が登園してもよいと認めるまで。

登園届が必要です。

※通常便が出てからの登園が望ましいため家庭での排便を確認して下さい。

### ～衣服の調節～

5月5日は『立夏』です。夏が始まる日とされ、汗ばむ日もでてきます。天気によって気温が上下しやすい時期です。脱いだり着たりできる服で調節しましょう。

人の身体は暑ければ汗を出し、寒ければ毛穴を閉じて体温を調節します。薄着の重ね着のほうが動きやすく、気温の変化を敏感に感じ取れます。目安は新生児から2ヶ月は「大人より1枚多く」6ヶ月までは「大人と同じ」それ以上は「大人より1枚少なく」になります。

綿100%の下着は保温性・吸湿性に優れているのでおすすめです。

### ～水分補給～

5月は熱中症が出始める時期です。まだみなさんの身体は暑さに慣れていません。夢中になってあそんでいると、つい忘れがちですが、こまめな水分補給をしましょう。

## 5月の保健行事

- 12日(月) 身体測定(ももクラス)
- 13日(火) 身体測定(幼児、たんぽぽクラス)

※つぼみクラスの身体測定は、12日から個々の状況に応じて行っていきます。

- 16日(金) 0歳児健診

## 4月の感染症

アデノウイルス感染症	1名
感染性胃腸炎	1名

※感染症の状況は、掲示するとともに、ホームページでもお知らせしています。なお、感染症によっては登園届が必要になります。園生活のしおり等でご確認下さい。

