

連日真夏日や猛暑日が続く、お子さんの健康管理が難しい毎日のことと思います。高齢者と共に「熱中症弱者」と呼ばれることもある子どもたち・・・その大きな理由は2つあり「体の小ささ」と「汗をかく能力の低さ」です。乳幼児は体重に比べて体表面積が広いので、気温など周囲の環境の影響を受けやすくなっています。気温が体表温度より高くなると熱を逃がすことができなくなります。また、乳幼児は体温調節機能、特に汗をかく機能が未熟で、暑さを感じてから汗をかくまでに時間がかかります。体温を下げるのにも時間がかかってしまうため、体に熱がこもりやすく体温が上昇しやすくなります。これらのことから、特に夏季はお子さんの顔色や汗のかき方に注意をいただき、普段と様子が違うなと感じたら水分補給をこまめにさせ、クーラーの聞いた室内で涼んだり温度低めのシャワーを浴びて体温を下げるよう努めましょう。

発熱で利用されるお子さんも増えていますが、新型コロナウイルス感染症が増加傾向にあることを踏まえ、ほほえみの利用はインフルエンザ流行期と同じように、当面の間は発熱後概ね24時間は様子を見ていただき、検査を受けて陰性を確認してから受け入れをするようにしたいと思います。感染拡大防止のため、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



この夏、感染症が流行しています。
特に手足口病、RSウイルス感染症に罹るお子さんが増えています。



手足口病



潜伏期間：3～5日

感染経路：飛沫感染、接触感染

症状：手足や口の中に水泡や赤い湿疹が出るのが特徴で、ひざやお尻に出ることもあります。症状は3～5日でおさまりますが、その後も2～4週間は便からウイルスが出るので、周囲の人に感染しないように注意しましょう。**ウイルス性の風邪のため、抗生物質は無効で、自宅療養での自然治癒を待ちますが、発熱や嘔吐がある場合は症状を緩和する薬を医師に処方してもらいましょう。**

自宅でのケア：口の中に水泡が出ている間、お子さんに食欲がなくても、水分補給さえしっかり行えば大丈夫です。食欲があるようなら、冷たいスープなどを与えてみましょう。

RSウイルス感染症



潜伏期間：4～5日

感染経路：飛沫感染、接触感染

症状：気管支炎や肺炎などを起こすウイルス感染症で鼻水、咳、発熱などの風邪に似た症状が現れます。1週間前後で回復しますが、なかには肺炎や気管支炎を発症する子どももいます。特に心肺の基礎疾患がある子、新生児、低出生体重児、生後6ヶ月未満の乳児は重症化しやすいので気を付けましょう。

自宅でのケア：水分補給、睡眠、栄養、保湿（湿度50～60%）に注意して安静に過ごしましょう。脱水気味になると痰が粘性になって吐き出すのが困難になるので、水分をこまめに与えましょう。

手足口病、RSウイルス感染症の予防のために日頃から手洗い、うがいなど基本的な感染対策を行っていきましょう。※手足口病のウイルスはアルコール消毒剤が効きにくいので、おもちゃなどの消毒には希釈した塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）もしくは次亜塩素酸水が有効です。

島根県内では新型コロナウイルスが6月以降増加が続いています。また、8月9月はさらに感染が拡大すると予想されています。ほほえみでも、感染拡大防止のため、利用当日の発熱の方は一日お家で様子を見ていただくようお願いしています。ご協力をよろしくお願いいたします。

ほほえみうどんは病気の時の最強の食べ物

熱や下痢・嘔吐など体調の悪い時にも、栄養を取って回復してもらいたいものです。そこで、病児保育ほほえみでは、体調や要望に応じて、うどんを用意しています。

子どもたちの好きなメニューの一つ、うどんを平田保育所の調理室で、毎日かつお節から出汁を取って出来るのが、ほほえみ特製うどんです。「あまり食べられません。」と言われた子も、汁まですすり、おかわりをするくらいです。

人の体は、食べたものでできています。食欲のない時にも、少しでもいいから食べてほしいという願いを、給食とうどんに込めて作ってもらっています。調理担当の皆さんに感謝しながら、元気になり所属園に帰っていく子どもたちに、エールを送ります。



平田保育所
調理担当の皆さん



うどん【1人分】

冷凍うどん	一玉
しょうゆ	2.7g
本みりん	0.5g
酒	0.5g
塩	0.2g
かつおだし	適量



- ①鍋に人数分の水を入れ沸騰させる。ざるに入れたかつお節（一人分ひとにぎり）を入れ再度沸騰したら取り出す。
- ②冷凍うどんは湯がいておく。（電子レンジで加熱できるものもありますよ！）
- ③①に調味料を入れ味を調べ②を入れて煮込む。



体調が良くなってきたら、野菜や肉など入れてくださいね。



全国病児保育研究大会に参加して

7月14日・15日に石川県立音楽堂にて、北は青森から南は沖縄まで、病児保育に携わっている病院・クリニックの医師・病児保育専門士・看護師・保育士が集い、研修と交流をしました。アフターコロナ下での病児保育室の在り方や感染対策、病気の子どもとその保護者をどう支援していくか等、色々な意見や討論を直に聴き大変勉強になりました。各施設での取り組みはとても参考になり、日々の実践に即生かせることも多くあり、ほほえみのさらなる質の向上に生かしていきたいと思う研修でした。

7/6（土）にほほえみ祭りで見学会を行いました。今年度は天気も良く、感染症の流行も落ち着いており、19組53人の方々にお越しいただきにぎやかに開催することができました。おもちゃや金魚すくい等親子で楽しんでいただき、帰り際にはお土産のおやつをもらってにっこり笑顔の子どもたちでした。また、のびのび児童クラブ側にはリユースコーナーを設け、そちらも多数の方々にお越しいただきました。

遊びのコーナー



金魚すくい



リユースコーナー



8月13日（火）、14日（水）、15日（木）、16日（金）はお休みさせていただきます。