



天気の悪い日が続いたかと思ったら急に暑い日が続き、やっと大好きなプール遊びが始まりました。水鉄砲やペットボトルシャワーなども使って楽しんでいます。これからも熱中症に気をつけながら元気に過ごしていきたいと思います。

これからの時期に注意したい子どもの夏かせ

手足口病	プール熱	ヘルパンギーナ
<p>【症状】 あまり高い熱は出ないが、手のひらや足の裏、足の甲、口内などに発疹ができる。口内炎がひどいと食事がとりにくくなる。</p> <p>【登園の目安】 解熱後1日以上経過し、普段の食事がとれるまで。</p>	<p>【症状】 39℃～40℃の高熱と強い結膜炎が特徴。また、のどの奥に小さな水疱ができるため食欲が落ちる。</p> <p>【登園の目安】 主な症状が消失してから2日を経過するまで。</p>	<p>【症状】 高熱、のどの痛みが特徴。のどや上あごに水疱や潰瘍ができて痛みがひどく、食事がとれなくなる。</p> <p>【登園の目安】 解熱後1日以上経過し、普段の食事がとれるまで。</p>

歯科検診・内科健診の様子	歯科検診の結果								
<p>子どもたちは、緊張しながらも口を開けたり上手に「よろしくお願ひします」「ありがとうございました」と挨拶していましたよ。結果はお手元に届いたと思います。虫歯などあるお子さんは早めに受診しましょう。また、歯の間や奥の磨き残しをなくすために、おうちで仕上げ磨きをしてあげてください。</p> <p>歯科検診の結果は右記のとおりです。9割のお子さんが虫歯なしということでした。</p>	<table> <tr> <td>受診者数</td> <td>128人</td> </tr> <tr> <td>う歯なし</td> <td>114人</td> </tr> <tr> <td>処置済</td> <td>5人</td> </tr> <tr> <td>虫歯あり</td> <td>9人</td> </tr> </table>	受診者数	128人	う歯なし	114人	処置済	5人	虫歯あり	9人
受診者数	128人								
う歯なし	114人								
処置済	5人								
虫歯あり	9人								

* * 学校薬剤師 鈴木明美先生から * *

日本人の睡眠時間は短く、とくに子どもは「世界で最も短い」と言われています。睡眠不足で集中力、判断力、記憶力の低下、ストレス増大、免疫力の低下など心身に悪影響が生じます。規則正しい生活を送り、朝は日光を浴びるなど体内時計のずれを解消し十分な睡眠を確保しましょう。

