

# ほけんニュース

## プール遊びのために大切な 健康チェック

子どもたちはプール遊びが大好きです。楽しく遊ぶためには、体調をととのえることが大切です。検温をして、しっかり朝食を食べて、排便を済ますなど、ご家庭での朝の健康チェックをよろしくお願いします。



### プール当日の健康チェック

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 十分な睡眠がとれていますか？ | <input type="checkbox"/> せきや鼻水は出ていませんか？                      |
| <input type="checkbox"/> 発熱はありませんか？     | <input type="checkbox"/> 皮膚に発疹 <small>ほっしん</small> などはありますか？ |
| <input type="checkbox"/> 朝食は食べましたか？     | <input type="checkbox"/> 目が赤くなっていたり、目やにが出たりしていませんか？          |
| <input type="checkbox"/> 排便は済ませましたか？    | <input type="checkbox"/> 爪は短く切っていますか？                        |
| <input type="checkbox"/> 下痢や腹痛はありませんか？  |  |

## プールでの感染症対策

基本的な感染症対策を徹底して行い、感染予防に努めています。

プールの前後は、顔や体に、シャワーをかけます。



必ず自分のタオルを使い、友だちのものは使いません。

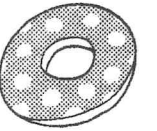


手洗い、うがいを徹底します。



## プールで注意したい感染症

プールで感染する恐れのある感染症を知っておきましょう。



### 咽頭結膜熱（プール熱）

#### おもな症状

39℃～40℃台の発熱が4～5日続き、のどの痛みが強く、結膜の充血、目やにが見られます。

#### 注意点

おもな感染経路は、飛沫感染及び接触感染です。対策としては、石けんを使った正しい手洗い、うがい、プール前後のシャワーなどが大切です。感染力が強いため、タオルなどの共用は厳禁です。症状が落ちついてから2日以上たてば登園可能です。

### 流行性角結膜炎（はやり目）

#### おもな症状

流涙、目の充血、目やにが見られます。幼児の場合、目に膜が張ることもあります。また、発熱を伴うこともあります。

#### 注意点

おもな感染経路は、飛沫感染及び接触感染です。塩素消毒の不十分なプールの水、タオルなどを介して感染することもあります。タオルなどの目に触れるものの貸し借りはやめましょう。主治医により伝染の恐れがないと認められるまで登園は停止です。

### 伝染性軟属腫（水いぼ）

#### おもな症状

1～5 mm程度の小さいぶつぶつが、両手両足や体幹に数個から数十個集まることができます。軽度のかゆみがあります。

#### 注意点

おもな感染経路は、皮膚と皮膚の直接接触による接触感染です。プールの水では感染しないので入れますが、タオル、浮き輪、ビート板などを介して感染する場合があります。皮膚の清潔を保つことや、保湿をすることも大切です。

### 伝染性膿痂疹（とびひ）

#### おもな症状

水疱やびらん、かさぶたが、鼻の周囲、体幹、両手両足などの全身に見られます。患部を引っかくと、新たに病変が生じます。

#### 注意点

おもな感染経路は接触感染です。患部を引っかいたり、かきむしったりすることで、湿疹や虫さされなどの小さな傷を介して感染します。皮膚を清潔に保つことが大切です。爪は短く切ります。プールは、治癒するまでやめておきましょう。

### その他の感染症とおもな症状

#### 手足口病

口腔粘膜と手足の末端に水疱性発疹ができます。また、発熱とこの痛みを伴う水疱が口腔内にできます。

#### ヘルパンギーナ

39℃～40℃台の発熱が2～3日続き、咽頭痛や、咽頭に赤い粘膜炎や水疱が見られ、水疱が潰れて潰瘍をつくることもあります。

#### アタマジラミ

頭髪にアタマジラミ（2～4 mmで少し透けた灰色）の成虫が吸血し、卵を産みつけます。頭皮にかゆみが出てきます。