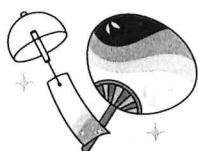


ほけんだより



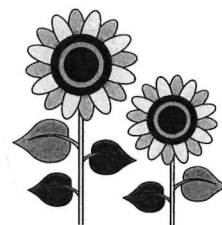
猛暑が続いていますが、空を見上げると青空が広がっており、真っ白な雲とのコントラストがとても美しく、黄色いひまわりも映える季節となりました。

8月11日は『山の日』です。日本で1番高い山は『富士山』、これは迷わず答えられる人が多いかな。では、富士山の次に高い山はどこでしょう？ 答えは、南アルプスの『北岳』です。北岳は、南アルプスの北部に位置する標高3193mの山です。では、日本で1番低い山は？ こんな事を子ども達と一緒に調べてみるのも、山の日のごとし方として良いかもしれませんね。因みに日本で1番低い山は徳島県徳島市方上町にある標高6.1mの弁天山、登頂まで約30秒だそうです。機会があれば、ぜひ登ってみて下さいね。



感染症情報

水痘(水ぼうそう) 1名



※都内でも水痘(水ぼうそう)の発生が多い状況が続いています。麻疹(はしか)ほどの感染力はありませんが水痘も空気感染をする為、同じ空間にいただけでうつる可能性があります。潜伏期間は2週間程度と長く、頭や顔からかゆみの強い発疹が出始め、身体、手足へと広がります。2回の予防接種を受けていても、10～20%は罹患すると言われています。特に、接種から時間が経過している幼児クラス～小学生での発症が目立っています。入浴や着替えの際に、良く身体を見てあげて下さい。

溶連菌感染症 2名



※溶連菌感染症の発生も続いています。溶連菌感染症は、A群溶血性連鎖球菌という細菌に感染する事で、発熱・のどの痛み・発疹等が現れる病気です。発熱を伴わない、または、微熱程度という場合もあります。罹患時は、抗生剤の服用による治療を行い、症状消失から24時間以上経過後より登園が可能となります。

☆お盆期間は、医療機関の休診も増えますので、体調が崩れ始めたら早目に受診するように心掛けましょう。合わせて、かかりつけ医療機関の診療状況も事前に確認しておくとうれしいですね。

☆休暇中にRSウイルス感染症や感染性胃腸炎等にかかった場合も『医師の意見書』が必要です。『医師の意見書』は、北区の公式ホームページからもダウンロードが可能です。(トップページの右上の『検索ボタン』に『医師の意見書』と入力すると最初に表示されます。お手元にない場合等の際にご利用下さい。

☆長期のお休み中は生活リズムが崩れがちです。普段通りの時間に起きる事や1日3食しっかりと摂る、十分な睡眠を摂るなど健康的な生活を送るように心がけましょう。また、夏祭りや行楽地など、人が多い場所へ出かける場合は、迷子や事故・怪我に十分気をつけて下さい。

令和7年8月1日