

はぐくみだより No.71

夏の暑さもおさまり、秋らしくなってきました。
さわやかに吹く風が秋の深まりを知らせてくれます。
季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあるので、
手洗い・うがいや衣服の調節などをして、かぜを予防し
ましょう。

はぐくみ QR コード



湯沢市病児保育
室「はぐくみ」-
湯沢市HPへ

秋は薄着の服装で

肌寒く感じる朝が増え、ついつい子どもに厚着をさせたいくなります。しかし、本格的な寒さを迎える前のこの時期に薄着の習慣を付けておけば、かぜを引きにくい体になります。外気を肌で直接感じることで自律神経が整い、病気への抵抗力が高まるからです。“大人より1枚少なめ”を目安に、薄手の衣服を重ねるなどして、じょうずな体温調節を行いましょう。



りんご病



咳や鼻水、微熱が出るなど、かぜによく似た症状が現れます。



両頬に発疹が現れ、段々とりんごのように赤く腫れてきます。同時に、腕や太もも、もしくは体全体に、レースの編み模様のような発疹が現れます。



対処法



発症時はかゆみを伴います。直射日光に当たったり、入浴すると、かゆみが強くなる場合があります。発疹が消えるまでは、お風呂はシャワーだけにするなど、短時間で済ませるようにしましょう。



令和7年 9月利用者 延べ 15名 (内訳: 0歳児5名、1歳児4名、3歳児5名、4歳児1名)

利用者疾患: 急性上気道炎、突発性発疹症、気管支肺炎、喘息、急性扁桃炎、伝染性紅斑、

かぜ(おなかの)、渗出性扁桃炎(アデノウイルス感染症)