



## あかちゃんのひろばへようこそ！！

### ～あかちゃんと過ごすって～

あかちゃんが泣いたとき・・・

あかちゃんをあやすとき・・・

あかちゃんを抱っこしたとき・・・

あかちゃんは、ちょっとした歌や言葉かけなどで、声を聞くと安心したり、落ち着いた気分になったり、気分転換をしたりなど情緒が安定します。できるだけ声をかけてあげましょう。あかちゃんが胎児だった時にも聞いていた声なので安心できるのでしょ。

体調を崩しやすい梅雨の時期から暑さの厳しい夏にかけて、保育園でも嘔吐や高熱でお休みするお子さんがいます。上手に気分転換をしながら、赤ちゃんもお母さんも元気に過ごせるのが1番ですね。保育園は子育て仲間を応援しています。いつでも気軽に立ち寄ってください。



### ～夏の感染症～

#### 手足口病

潜伏期・・・2～7日

感染経路・・・飛沫感染・経口感染

- 症状・・・発熱は気づかない程度のことが多いが、高熱（39℃以上）の場合もある。手のひらや指の側面・足の甲や裏・唇や口の中・おしりや膝あたりなどに発疹ができる。（小水疱疹…水を持った小さい赤い発疹）発疹は1週間くらいで消える。のどの痛みとそれによる食欲の低下。

手当のポイント・・・口の中に発疹ができていますので、柔らかくて消化吸収がよく刺激のない食事をさせましょう。水分は十分に飲ませ、口の中は清潔にしておきましょう。

#### ヘルパンギーナ

潜伏期・・・2～7日

感染経路・・・飛沫感染・経口感染

- 症状・・・突然の高熱（38～40℃）やのどの痛みよだれが増える、食欲の低下、不機嫌などの、症状も見られる。上あごや口蓋垂（のどちんこ）に小さな水泡できる。病原となるウイルスが多数あるので、何度もかかる。

手当のポイント…のどを痛がる場合は、刺激のある食べ物は避け、柔らかくて消化吸収のよい食事をさせましょう。口の中を清潔にして、水分を十分に飲ませましょう。

#### RSウイルス

潜伏期・・・2～7日

感染経路・・・飛沫感染・接触感染

- 症状・・・風邪のような症状が見られ、熱が38度以上に上がる。呼吸が浅く早くなる。ゼイゼイと咳が続く、痰が詰まる急にぐったりする。

手当のポイント…高熱が続くときはアイスノンなどでからだを冷やしましょう。