



# ほけんだより 7月号

宜野湾保育所  
看護師作成  
令和8年 7月発行

梅雨が明けると、いよいよ夏本番です。暑い日が続きますが、子どもたちは元気いっぱいにご過ごしています。今月は、先月実施した歯科検診の結果についてお知らせするとともに、夏に増える虫刺されの予防と対応についてお話しします。



## 6月に園で発生した感染症

- ・ヘルパンギーナ
- ・アデノウイルス
- ・水痘（水ぼうそう）

■三大夏風邪■  
ヘルパンギーナ  
手足口病  
プール熱



## 歯科検診を終えて…

先月は歯科検診へのご協力ありがとうございました。結果を配布しておりますのでご確認ください。治療や経過観察が必要と判断された場合は、早めの受診をお願いします。

園医：仲村歯科

電話番号：098-897-1182



## 気を付けたい！虫刺され

夏になると、蚊やダニ、ブヨなどによる虫刺されが増えてきます。虫刺されにはたくさんの種類がありますが、夏に一番多いのは「蚊」による虫刺されです。大人と比べて子どもは新陳代謝が活発で体温が高く、汗をかきやすいこともあり虫に刺されやすい傾向があります。

## 虫に刺された際の症状

赤くなる  
腫れ 痛み  
かゆみ  
水ぶくれ



### 即時型反応

- ・刺された直後から15分ほどで起こる  
赤みやかゆみ、「ぷくっ」とした膨らみ（膨疹）

### 遅延型反応

- ・1～2日経って出現する、強い赤みや腫れ、しこりのような症状

乳幼児期は即時型反応より遅延型反応が強くなります。成長とともに即時型が強くなり思春期以降は両方とも強くなる傾向があります。

虫に刺されたときは、①患部を流水や石けんでやさしく洗い、冷やす②ステロイド外用薬や抗ヒスタミン薬の塗布③掻きむしらない、の三原則！かゆみを我慢できず掻きむしった傷から、細菌感染をしてとびひ（伝染性膿痂疹）や蜂窩織炎（ほうかしきえん）になってしまうことがあるので十分注意が必要です。爪を切っておく、刺された部分をガーゼや絆創膏で保護するなど、できるだけ患部を触らせない工夫も大切です。

| 受診先     | こんな時におススメ                                 |
|---------|-------------------------------------------|
| 小児科     | 発熱・元気がないとき、全身症状がある場合                      |
| 皮膚科     | 腫れなど皮膚症状が強い場合<br>症状が重い・持続している・膿がではじめている場合 |
| オンライン診療 | 受診先に迷う場合<br>夜間・休日で病院が閉まっている場合             |