



すくすくだより

第62号



2026年 7月 発行

今年の夏も気温の高い日が多いそうです。特に本格的な暑さとなる 7 月、8 月は熱中症にならないようにこまめな水分補給が大切です。一日を元気に過ごすために、朝ごはんをしっかり食べましょう。早寝早起き朝ごはん！毎日心がけましょう。

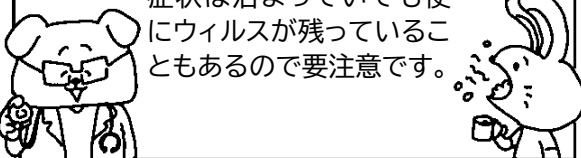
ご家庭で出かける機会も増えると思います。普段会えない方に会いに行ったり、ずっと見たかった物を見に行ったり…。ご両親のご実家で過ごされる方も多いでしょう。お墓参りや夏祭りなど、日本ならではの風習がたくさん残るお盆ですが、地域によってもそのスタイルは様々なようです。ご当地ならではの習慣と意味を子ども達に伝えてあげてください。お子さんたちにとっては、大きな経験が待っていることでしょう。



夏にかかりやすい病気

子どもの夏風邪と呼ばれる病気は主に 4 種類。ヘルパンギーナ、手足口病、咽頭結膜熱（プール熱）、流行性角結膜炎です。予防にはやはり手洗いやうがい効果的。かかってしまったら、よく寝て栄養や水分を取りましょう。

症状は治まっても便にウィルスが残っていることもあるので要注意です。



気をつけたい

感染症

ヘルパンギーナ

夏、乳幼児が多く罹患する感染症。39～40℃の高熱が突然出て、上顎や喉の奥に水泡ができます。熱が出るので水分を飲ませたいのですが、のどが痛くなり嫌がる子どもも。少しずつでいいので必ず水分補給をしましょう。多くの場合は 2～4 日で回復します。





熱中症とは

大量の汗をかき、体内の水分と塩分が失われたり、体温調節機能が効力しなくなったときに起きる症状です。気温・湿度が高い時や、激しい運動をした後などに起こりやすいので涼しい場所での休息や適度な水分補給を心がけましょう。体の不調を口に出して言えない小さな子どもは、特に気をつけましょう。

- *登録は年度ごとになります。早めの登録をお願いします。なお**連絡先は 2 か所の登録**をお願いします。
- *兄弟、姉妹がいる場合は、**同意書は 1 枚**になります。
- *予約は**必ず医療機関を受診**してからとなります。
- *キャンセル待ちの方がいる場合もあります。**キャンセルの場合 7 時 30 分**にご連絡をお願いします。
- *連絡がなく、**8 時 30 分を過ぎてしまうと、お預かりできなくなります。**
- *お薬は **1 回分**を持ってくるようにお願いします。
- *小学生のお子さんと、**見たい DVD や好きな本・雑誌類、宿題**などがあれば、お持ちください。

医学部

附属病院

1 号館 1 階



公立大学法人

福島県立医科大学

病児病後児保育所『すくすく』

外線 024-547-1717

内線 4111