



# ほけんだより



令和7年9月号



今月の保健行事

9月24日・・・身体計測

**9月9日は救急の日です。  
救急用品の点検をしましょう。**

ばんそうこう・ガーゼ・包帯・三角巾・脱脂綿・綿棒・ハサミ・体温計・毛抜き・ピンセット・外傷用薬品など。



**9/1 は防災の**

非常用品をそろえておきましょう。  
水、保存食、**日**ナイフ、タオル、ラジオ  
懐中電灯、ライター、充電器

流行中の感染症

水痘・・・1人

リンゴ病が4.5歳で流行中  
発熱がないまま、急に発疹が  
出るケースが多いです。  
かゆみが強いようです。  
意見書不要。

## りんご病がはやっています

「りんご病」というとかわいらしいイメージですが、ウイルスが原因の「伝染性紅斑」という感染症です。

### 症状

- ほほがリンゴのように赤くなり、盛り上がる
- 腕、足、おしりに網目状の発しんが出る
- 熱はあまり出ないが、かぜのような症状が出ることもある
- 発しんはかゆみを伴うこともある

### ケア

- 症状がよければ特別な治療は必要ない

症状が出た時点ではすでに感染力はないので、登園停止の必要はありません。

妊娠中の人がかかると胎児に異常が出ることもあるので、接触に注意しましょう。



## お風呂に注意！りんご病

りんご病はほっぺが赤くなり、腕や足に赤い発しんが出る病気。熱はほとんど出ず、かぜのような症状だけなので、普段と同じように生活して大丈夫です。ただ、お風呂に入って血がよくなると、発しん部分のかゆみが増すことがあります。発しんがあるうちはお風呂を短時間で切り上げましょう。また、日光に当たってもかゆくなることがあるので、外あそびなども控えめにします。

