



2026年8月 マナ保健だより



気温や湿度が高くなり、汗をかきやすい季節になりました。夏は、細菌やウイルスが活発になり、感染症が流行しやすくなります。子どもたちが毎日元気に過ごせるように、感染症の予防に努めましょう。

マナ愛児園 園医 西野誠

夏に流行する感染症について

てあしくちびょう 手足口病

主にコクサッキーウイルスやエンテロウイルスなどによる感染症です。



主な症状

- ・手のひら、足の裏、口の中、おしりなどに赤い発しんや水ぼうがができる
- ・発熱（微熱～高熱）
- ・のどの痛み
- ・食欲不振

ヘルパンギーナ

主にエンテロウイルスの感染によって起こります。



主な症状

- ・突然の高熱（38～40℃）
- ・のどの痛み
- ・のどの奥に赤い発しんや水ぼうがができる
- ・食欲不振、機嫌が悪い

プール熱 いんとうけつまくねつ (咽頭結膜熱)

アデノウイルスによる感染症で、プールでの集団感染も見られます。



主な症状

- ・発熱（高熱になることも）
- ・のどの痛み、赤み
- ・目の充血、まぶたの裏の赤み、目やに、涙目
- ・頭痛、倦怠感

りゅうこうせいかくけつまくねん 流行性角結膜炎 (はやり目)

アデノウイルスによる感染症で、目の結膜が炎症を起こします。



主な症状

- ・目の充血
- ・目やに、涙が出る
- ・まぶしい、ゴロゴロする
- ・耳の前のリンパ節が腫れることもある

感染予防のポイント

手洗いを
しっかりと！



外から帰ったとき、トイレのあと、食事の前などに丁寧に手を洗いましょう。

うがいを
しましょう！



のどの乾燥を防ぎ、ウイルスの侵入を防ぎます。

水分補給と
休息をしっかりと！



こまめに水分をとり、十分な睡眠と休息で体の抵抗力を保ちましょう。

タオルの共有は
やめましょう！



タオルやコップ、歯ブラシなどは共有せず、個人のものを使いましょう。

室内の換気を
心がけましょう！



ウイルスや細菌がこもらないように、こまめに換気をしましょう。

★ 出席停止の目安について ★

感染症は、症状が治まってもしばらくの間、他の人にうつす可能性があります。医師の指示に従い、下記の出席停止の目安を参考に、集団生活の再開についてご協力をお願いします。



感染症名	出席停止の目安
手足口病	発熱や口の中の水ぼう・潰瘍が治まり、普段の食事がとれるようになるまで
ヘルパンギーナ	発熱やのどの痛みが治まり、普段の食事がとれるようになるまで
プール熱（咽頭結膜熱）	発熱やのどの痛み、目の充血や目やに等の症状が治まってから2日を経過するまで
流行性角結膜炎（はやり目）	目の充血や目やに等の症状が治まるまで

※上記は一般的な目安です。症状の重い場合や、医師の指示がある場合は、そちらを優先してください。ご不明な点がございましたら、いつでも保固までご連絡ください。

