

# 子どもには『三みつ』を 夏に向かって

## 《三密・三にく・三みつ》

新型コロナウイルス感染症と戦っている毎日では、感染の防止に

- ① 密閉空間
- ② 密集場所
- ③ 密接場面

を避けることが言われています。

これらに加え様々な活動自粛も長期にわたり私たちの生活はすっかり変わってしまいました。さらに、変異ウイルスが幅をきかせてより感染しやすくなっているとも言われています。

今後も感染対策は必要ですが、今の所子どもは

- ① かにくりにく
- ② うつしにく
- ③ 重症になりにく

という状況で、インフルエンザと異なり新型コロナウイルスでは感染の中心にはいません。ですから、未来へ向かう子ども達の、今を大切にあげたいです。

子どもに

- ① 腫をみつめて
- ② 抱きしめみつちやくして
- ③ いいところをみつつけて

をしてあげてください。そしてたくさん行事に参加させ、たくさん遊ばせて、子どもの権利を奪わないようにしましょう。



## 《夏に向かって》

### ○夏の感染症

例年であれば夏風邪三兄弟、プール熱、ヘルパンギーナ、手足口病と言いたいところですが去年は冬のインフルエンザを始めおたふくかぜ、リンゴ病、水ぼうそう、溶連菌感染症と軒並み減少しました。流行疾患が減る、それはそれで良いことなのですが、成長してからかかると重くなる病気が多いことを考えると、素直に喜べない一面もあります。実際RSウイルスは不気味な増え方をしています。この夏の流行性疾患は予測できないのが正直なところです。

### ○熱中症

子どもは汗をかく能力が未熟です、暑いときにも遊びに夢中になってしまっています。地面の照り返しにより、高い温度にさらされます。ですから遊びの最中には、水分と塩分の補給と休憩を親の方で心がけてください。マスクは気温・湿度の高い場面では要注意です。運動時のマスクは十分な呼吸が出来るなくなるリスクや熱中症のリスクが増します。

### ○水の事故

子どもだけの水遊びは避けてください。小学校高学年だからと安心して幼児の番を任せていたら、一人流されて

### ○紫外線

一歳になり、母親の傘の下からよちよち歩き出した子ども達、太陽の下ですぐに日にやけてしまいます。つばのついた帽子、薄手の長袖シャツ、長ズボンなどで工夫しましょう。子ども用の日焼け止めクリームも上手に利用してください。

### ○虫刺され



普通では見えない葉っぱのウラに毛虫が密集、近寄っただけで、毛が肌にちくちく刺し、赤くなりとてもかゆくなります。蚊も子どもが大好き。長袖、長ズボン、虫除けスプレーで刺されないように工夫してあげてください。虫さされの軟膏はなるべく早く塗った方がいいので、いつもバッグに入れておくことを勧めています。

### ○食中毒

子どもは下痢、嘔吐が続くと短い時間で脱水症状を起こしやすいです。調理前、食事の手洗い、食材を流水でよく

### ○あせも

子どもにとって汗をかくことは温度調節機能を育てるのにも大切なことです。汗をかくことはいいいことです。うんと遊んで汗をかいた後は、タオルで拭き取る、着替える、シャワーするなど心がけてください。通気性の良い帽子や衣類、汗を吸い取る綿などの下着で工夫することも大切ですよ。



先生のご紹介

大坪修介

大坪子どもクリニック 院長

#### PROFILE

熊本大学卒。卒業後鹿児島大学小児科入局。小児科・小児神経専門医。医学博士。鹿児島大学医学部臨床教授。一人ひとりを大切に、誠意をもった診療を心がけています。



<https://www.otsubo.org>

大坪子どもクリニック 日・祝日 休診

時	朝	昼	夕	〒890-0034
月	○	○	○	鹿児島市田上2-15-11
火	○	○	○	TEL.099-286-6121
水	○	○	○	FAX.099-286-6127
木	○	○	○	※日曜・祝日休診
金	○	○	○	
土	○	○	○	