

先日は、大分県全域に大雨特別警報が出され、日田は大災害に見舞われました。また、日田・中津を中心に避難生活をさせている方も多くいらっしゃいます。「数十年に一度」と言われる災害の間隔が短くなっていますね。改めて災害への意識や対策の見直しをしましょう。

梅雨明けも間近、いよいよ暑い夏の到来です。先日は大分市で 36℃を記録する日がありました。日差しがない日も湿度で、蒸し暑く感じます。天気予報で言われている気温ですが、測定するのは地表から約 1.5mの高さです。照り返しなどで、地表に近い子どもの体感温度は、その気温+3℃だと言われています。35℃の日であれば、子どもは 38℃ぐらいに感じていることになります。極力日陰を歩く、こまめに休憩や水分補給をするなどして、熱中症を防ぎましょう。逆に、クーラーをつけた室内では冷たい空気が下にいくので、今度は冷え過ぎに気をつけなければなりません。胃腸を壊す原因にもなります。除湿機能や扇風機の併用などで、冷えすぎない快適な温度 (24~28℃) をキープしましょう。

## 遊具でやけど!?

日なたにいますと、皮ふがジリジリと焼けるように感じますね。真夏の日ざしは、皮ふだけでなく、身のまわりのさまざまなものを熱くします。

特に気をつけたいのが、金属のもの。鉄棒やジャングルジム、すべり台なども、炎天下では思いがけない熱さになっていることがあります、手足が触れると、やけどをすることもあります。自動車のボンネットや、道路の溝をおおう金属製のふたで、やけどをした例もあります。遊ぶ前に、大人が温度を確かめたり、炎天下の屋外では、素足で歩かせないなどの注意が必要です。

## エアコンを上手に使いましょう!



# 感染症 最新情報

大分市内で

おたふくかぜ(流行性耳下腺炎)  
手足口病

が流行しています。

手足口病の流行については、全国ニュースでも報道がありました。大分市だけを見ると、14日(金)現在12人の出席停止が出ています。

これを超えて30人以上の出席停止の報告があっているのが、おたふくかぜです。

耳下腺(耳たぶの下辺り)が腫れると、この病気の可能性があります。流行性ではない炎症性の耳下腺炎のこともあり、見分けるのは難しいと言われています。気になる時は、自己判断せずにかかりつけの小児科に見てもらってください。



## おたふくかぜ(流行性耳下腺炎)

唾液をつくる耳下腺が腫れて痛む、発熱性の病気です。原因となるウイルスはムンプスウイルスで、飛沫感染し、潜伏期間は2~3週間です。

突然の発熱、両側あるいは片側の耳下腺の腫れと痛みで始まります。片側の場合は、2~3日以内に反対側の腫れが見られます。腫れは5日くらいでひき始め、完全に治るまでには7~10日かかります。腫れている間は他のこどもに感染するので、接触はやめましょう。

合併症として髄膜炎を起こすことがあります。頭痛や嘔吐があればすぐに受診しましょう。男の子の合併症として睾丸炎(男性不妊につながる)がありますが、これは思春期以降に発病した場合だけで、こどもに起こることはまずないそうです。

## 手足口病

手の平や足裏、口の中に米粒大の水疱ができる夏かぜの一種です。原因となるウイルスは、コクサッキーA群など数種類あるため、一度かかっても、またかかることがあります。37~38℃の熱が出ることもありますが、高熱は続きません。1週間程で症状は回復します。まれに髄膜炎を起こすことがあるので、嘔吐やけいれんが見られたら、すぐに病院を受診しましょう。



## おたふく風邪で腫れ・痛みがでる部位



(国立感染症研究所の資料を参照)