

# めぐみっこだよい

2017.7.2(日) No.75

雨が続き、うっとおしい季節でもありますが、晴れた日は夏の暑さを感じられるようになりました。7月から保育園でもプールが始まり、子どもたちは毎日のプールを楽しみにしており「今日は入れるかな?」とわくわくしています。

## 水あそびに使える手作りおもちゃ

牛乳パック

すいすいヨット

ペットボトル・カップ



水鉄砲&  
ジョウロ

すいすいヨット  
200mlの牛乳パックを切って、船の形に切ります。  
風を吹けば進むヨットです。  
①船の形に切ります。  
②船の形に切ります。  
③船の形に切ります。

風を吹けば進むヨット

牛乳パックを形に切って絵を描いてみてください。



ぷかぷかすくい

さかな釣り

さかなをすくって遊んでみてね♪



## 夏に多い感染症



夏によくみられる感染症として、プール熱、ヘルパンギーナ、手足口病、とびひ、流行性角結膜炎（はやり目）などがあります。

夏風邪のなかでも、感染力が強いので、症状が見られたら医療機関を受診してみましょう。



### 【プール熱（咽頭結膜熱）】

・アデノウイルスが原因。高熱とどの痛みのほかに、目やにや充血、かゆみなどの目症状、下痢や嘔吐などの消化器症状がみられることもあります。

### 【ヘルパンギーナ】

・コクサッキーウイルスなどが原因。高熱とどの痛みが主症状。のどに水疱や潰瘍ができるため痛みで食事や水分が取れないこともあります。

### 【手足口病】

・名前の通り手のひらや足の裏、口の中に小さな発疹や水疱ができます。熱は出ないことも…。



### 【とびひ】

・黄色ブドウ球菌などの細菌が原因。皮膚のただれや膿をもったような水疱ができ、かゆみが強いです。かくと他の皮膚に飛び火します。

### 【流行性角結膜炎】

・目やにや結膜の充血が見られます。感染力がとても強いです。

## 【じゃがいもといんげんの塩うま煮】



材料		作り方
じゃがいも	2 個	①じゃがいもは皮をむいて、食べやすい大きさに切る。
たまねぎ	1/2 個	②玉ねぎはスライスし、いんげんは筋を取って4センチぐらいの長さに切る。ベーコンは1cm幅の千切りにする。
いんげん	8 本	③フライパンに油をひき玉ねぎ、ベーコンを炒める。
ベーコン	40 g	④じゃがいもに火が通ったらじゃがいもを加え水を加えて蒸し煮にする。
コーン缶	大さじ 4	⑤いんげんに火が入ったら調味料を加えて味を整えて完成。
食塩	少々	
コンソメ	少々	
油	適量	