



2026年7月発行

文責 にじいろこどもクリニック 院長 相澤知美

最近、夏風邪の手足口病が流行していますが、それと同時に、インフルエンザAが流行して驚いています。年々、インフルエンザの流行の開始が早まっていますが、湿度の高い夏に流行するのは珍しいです。海外からの持ち込みなのか分かりませんが、感染症に季節性が無くなっていくのでしょうか。ご注意ください。

熱中症にも気を付けて楽しい夏休みをお過ごしください。

夏の感染症（手足口病・ヘルパンギーナ）に関する親御さんからのよくある質問

只今、夏の感染症が流行中です。ヘルパンギーナは口腔内のみに、手足口病は口腔内の他、手足、臀部、口周囲に水泡性発疹を認めるウイルス感染症です。親御さんからのよくある質問をまとめました。

①兄弟に感染しますか？隔離した方が良いですか？

感染経路は、飛沫感染もありますが、手足口病は接触感染もあり、また、どちらも腸の中で増えるウイルスなので、便の中にも沢山ウイルスが排泄されます。便からの排泄は2～4週間と長いです。なので、おむつ替え後の処理やうがい・手洗いは大切です。たまに親御さんも感染してます。インフルエンザやコロナのように5日間隔離すれば感染力が落ちるといような目安は無く、ウイルス排泄期間も長いので、隔離するというのは難しいと思います。うがい、手洗いで家族内感染を予防しましょう。

②いつから保育園へ行けますか？

保育園のお休み期間の決まりはありません。口の中の痛みが改善してごはんが食べられて、熱が下がって、本人の体調が良ければ、発疹が残っていても、登園できます。保育園の先生とも相談して下さい。

③のどが痛そうでごはんが食べられません。

解熱剤のアセトアミノフェン（アンヒバ座薬、カロナール細粒・錠）は、痛み止めでもあるので、解熱はしたけど、喉の痛みはまだ残ってるという場合は、痛み止めとして使用することができます。ウイルスを倒す特効薬はないので、のど炎症を抑える風邪薬と解熱鎮痛薬で良くなるのを待ちましょう。こまめに水分、電解質、糖分をとって脱水や血糖が下がるのを防いで下さい。

08 2026 AUGUST



MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28 17:00 まで	29 9:00 から	30
31						

お盆休み

< 感染症発生数 >

	6/29 ～7/4	7/6 ～11	7/13 ～18	7/20 ～25
インフルエンザ A	0	1	5	11
インフルエンザ B	0	0	0	0
新型コロナウイルス	0	0	0	0
溶連菌	3	3	5	2
アデノウイルス	0	0	0	0
マイコプラズマ	0	0	0	0
RSウイルス	1	3	0	0
ヒトメタニューモウイルス	1	1	0	5
手足口病	0	0	8	24
ヘルパンギーナ	0	0	5	3

