



ほけんだより 12月号



令和3年12月1日
すくすくどろんこの会
かぐろ杜の保育園
統括看護師：山口 友恵
看護師：大江 温子

せきの風邪、おなかの風邪が流行りやすい時期になってきました。子どもは風邪をひきやすいですが、無理をするとこじらせたり、すぐぶり返したりする原因となります。早めに休ませ、しっかり治すことが大切です。

年末年始で慌ただしい時期と重なりますが、「備えあれば、憂いなし」。規則正しい生活で体を守り、手洗いや予防接種で風邪・感染症を防ぎましょう。

知っておきたい 冬の感染症

インフルエンザ

急に高い熱が出て、数日続きます。食欲がなくなり、関節や筋肉の痛みが出ることもあります。

子どもは「だるい」と言えないことが多く、「元気がない」「機嫌が悪い」といった状態が続き、1週間程で回復します。

登園再開の目安が決まっています

インフルエンザにかかったら、登園再開には

- ・熱が出て(発症)から5日たっている
- ・熱が下がって(解熱)から3日たっている

※小学生以上では、熱が下がって(解熱)から2日たっているこの両方を満たしていることが必要です。

翌日から数えます

△んの場合	発症	1日	2日	3日	4日	5日	登園
	解熱	1日	2日	3日			

翌日から数えます

いったん熱が下がっても、また上がる可能性があるため、1日は様子を見ます。

発症からの日数と、解熱からの日数がそろわない場合は、両方の基準を満たすまで、ゆっくり体を休ませましょう。

△んの場合

△んの場合	発症	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	登園
		発熱			解熱		1日	2日	

ノロウイルス感染症 (ウイルス性胃腸炎)

「流行性嘔吐下痢症」と呼ばれる通り、激しい嘔吐と下痢が起こります。感染力が非常に強いです。

多くの場合1~3日で回復しますが、脱水症を起こすことがあり、油断は禁物です。

嘔吐したときは、口の中をきれいにし、寝かせる場合は横向きにして窒息を防ぎましょう。

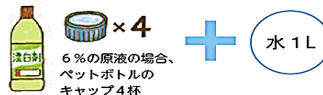
吐いた！ しっかり消毒、ゴミは密封して捨てましょう

① 処理に必要なものを準備する

まず、換気します。消毒液やペーパータオル、布や雑巾(捨てられるもの)を用意し、使い捨ての手袋やマスクをつけます。

消毒液の作り方

家庭用塩素系消毒液



② 外から中心に向かってふき取る

吐いたものはペーパータオルなどで外から内側に向かってふき取り、ゴミはポリ袋に二重に密封して捨てます。

汚れた衣類は……

汚れを取り除いて消毒液につけておきましょう。



③ 消毒した後、水ぶきする

吐いたもので汚れたところを、消毒液を浸した布で外側から中心に向かってふき取ります。その後、水ぶきで消毒薬もふき取ります。

④ よく手を洗う

使い捨ての手袋やマスクもポリ袋に密封して捨て、手をよく洗きましょう。

子どものやけど、気をつけて！

0~1歳のやけどが最も多い

やけどで救急車で運ばれた人のうち、最も多いのが1歳児、次いで0歳児です。やけどというとストーブやアイロンを思い浮かべるかもしれませんが、いちばん多い原因は、みそ汁やスープなどの熱い食べ物。やけどはちょっとしたすきに起こるので、注意しましょう。



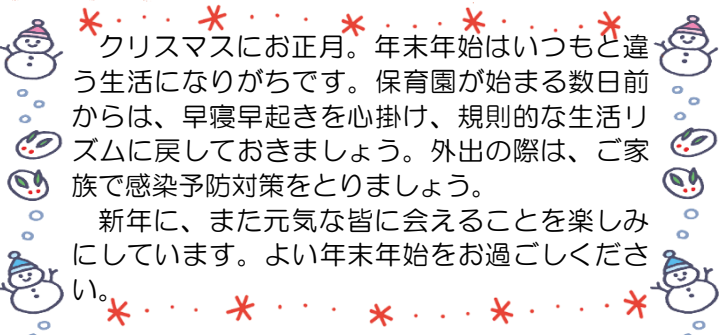
こんなことに注意！

対策 熱いものは子どもの手の届かない場所に置き、子どもの食事は冷ましてから食卓へ。また、だっこしたまま調理したり、熱いお茶などを飲んだりするのもやめましょう。



おねがい

- ご家庭で、お子様が下痢を1回した場合、登園時に保育士に必ずお伝えください。その日に再度下痢がある場合はお迎えをお願いしています。また、ご家庭で2回以上の下痢があった場合は、お休みし家庭療養をしてください。嘔吐の場合も同様です。
- 不要になったタオル類、オムツ、ペット等の吸水シートがございましたらご寄付をお願いいたします。園内での嘔吐処理等に活用いたします。



子どもは、大人が予想しない行動をとることがあります。暖房器具や加湿器(スチーム式)を使用しているご家庭は、子どもの手が届かない場所に置いたり、柵を使用したりと安全に配慮しましょう。