



ほけんだより

～すくすくげんき～

嘔吐・下痢（胃腸炎症状）について

5月より下痢・嘔吐などの症状で体調を崩すお子さんがみられています。ウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合もあります。下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は、手洗い・うがいをきちんと行ってください。感染力が強いものもあり、家族内での感染も多くみられ、注意が必要です。

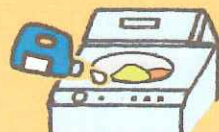


汚れた衣服は…

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



消毒ができれば洗濯機に入れて大丈夫です。



汚れた場所もしっかりと消毒を行います。



<下痢・嘔吐時の登園の目安>

- ・感染の恐れがないと診断された
- ・24時間以内に嘔吐や水っぽい便の排泄がない
- ・熱がなく、元気があり機嫌・顔色が良い
- ・食事や水分を摂っても嘔吐や下痢が起こらない
- ・普段と同じ給食が食べられる

お知らせ

内科健診の結果をけんこうノートに記載しましたのでご参照ください。幼児クラスは6月に歯の衛生指導をします。

5月の健康状況

- ★嘔吐・下痢・・・36名
- ★溶連菌感染症・・・1名
- ★新型コロナウイルス感染症・1名

梅雨の時期の注意点

■食中毒

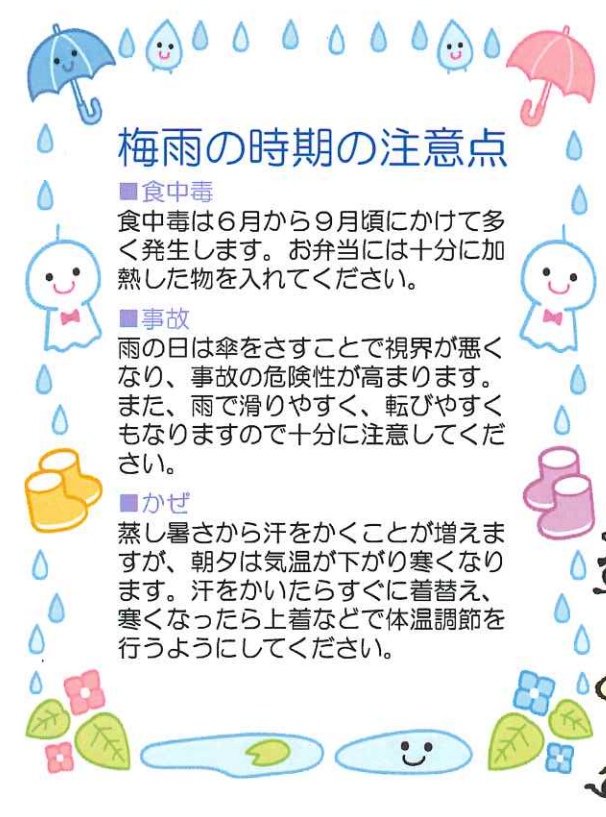
食中毒は6月から9月頃にかけて多く発生します。お弁当には十分に加熱した物を入れてください。

■事故

雨の日は傘をさすことで視界が悪くなり、事故の危険性が高まります。また、雨で滑りやすく、転びやすくなるので十分に注意してください。

■かぜ

蒸し暑さから汗をかくことが増えますが、朝夕は気温が下がり寒くなります。汗をかいたらすぐに着替え、寒くなったら上着などで体温調節を行うようにしてください。



～じめじめする梅雨の時期を快適に、健康的に過ごすために～

窓を開けて、ウイルスを追い出しましょう!

最近のエアコンや空気清浄機には、ウイルスを抑制したり、除去したりする効果をうたったものもありますが、ウイルスを確実に追い出すためには、窓を開けて換気しましょう。

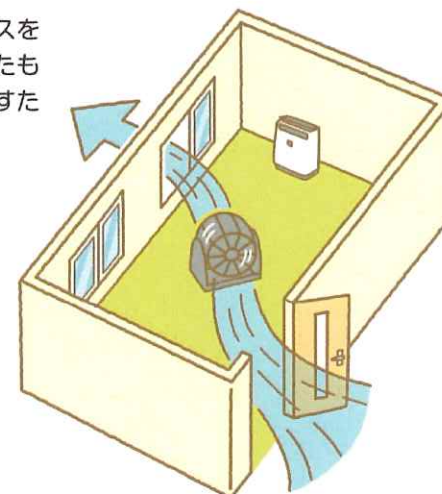
1 対角線上の窓を開ける

空気の入り口と出口を作るために、対角線上の窓を開けます。

2 家全体で考える

部屋に窓が1つしかない場合は、ドアを開けて、その先にある窓から空気が通るようにしましょう。

サーキュレーターは、空気を送り出したいほうに向けて回します。



サーキュレーター・扇風機をうまく活用して適正な湿度・温度を保ちたいですね…。定期的な換気も忘れずに!

アタマジラミに注意

アタマジラミは人の髪の毛に寄生して、頭皮の血を吸うのが特徴。かゆみと炎症が起こります。感染力が強く、清潔にしていなくてもうつってしまいます。

アタマジラミをチェック!

- 卵は細長い円形。髪の毛の根元にへばりついてなかなか取れないので、フケとは違うことがわかります。
- 後頭部や耳の後ろの生え際などに卵がないか、髪をかき分けて丁寧にチェックして。

シラミを見つけたら早めの駆除を! 放っておくと、どんどん増えてしまいます。



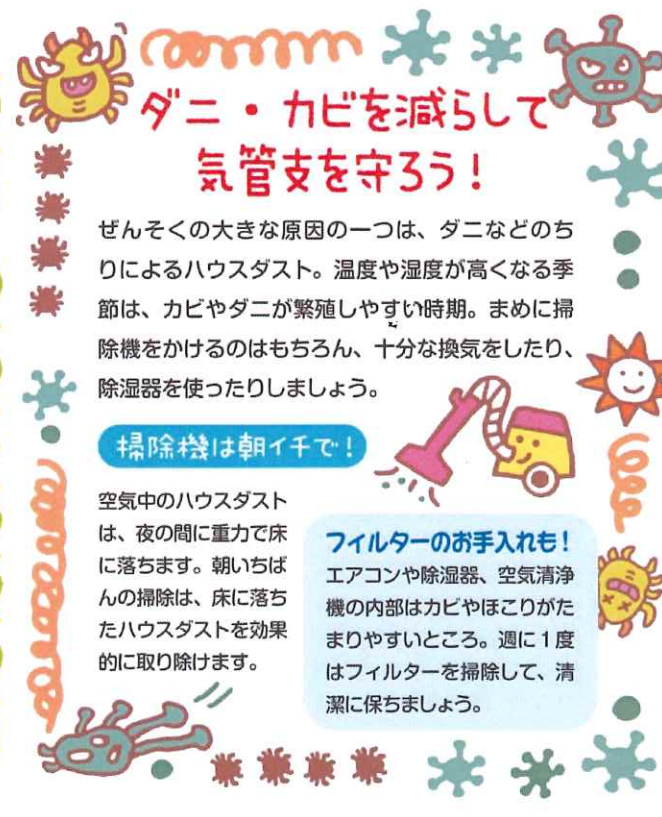
ダニ・カビを減らして 気管支を守ろう!

ぜんそくの大きな原因の一つは、ダニなどのちりによるハウスダスト。温度や湿度が高くなる季節は、カビやダニが繁殖しやすい時期。まめに掃除機をかけるのはもちろん、十分な換気をしたり、除湿器を使ったりしましょう。

掃除機は朝イチで!

空気中のハウスダストは、夜の間に重力で床に落ちます。朝いちばんの掃除は、床に落ちたハウスダストを効果的に取り除けます。

フィルターのお手入れも! エアコンや除湿器、空気清浄機の内部はカビやほこりがたまりやすいところ。週に1度はフィルターを掃除して、清潔に保ちましょう。



子どものマスク着用について



人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合
においては、マスクを着用する必要はありません。
また、就学前のお子さんについては、
マスク着用を一律には求めていません。



就学児について

（小学校から高校段階）

マスク着用の必要がない場面



屋外

- ・人との距離が確保できる場合
 - ・人との距離が確保できなくても、
会話をほとんど行わないような場合
- <例> 離れて行う運動や移動、
鬼ごっこなど密にならない外遊び
- <例> 屋外で行う教育活動（自然観察・写生活動等）

屋内

- ・人との距離が確保でき、
会話をほとんど行わないような場合
- <例> 個人で行う読書や調べたり考えたりする学習

学校生活

屋外の運動場に限らず、
プールや屋内の体育館等を含め、
体育の授業や運動部活動、登下校の際
※運動部活動において接触を伴う活動を行う場合には、各競技団体が作成するガイドライン等を確認しましょう
※活動中以外の練習場所や更衣室等、食事や集団での移動を行う場合は、状況に応じて、マスク着用を含めた感染対策を徹底しましょう

高齢の方と会う時や病院に行く時は、マスクを着用しましょう。

保育所・認定こども園・幼稚園等の 就学前児について

2歳未満

マスクの着用は推奨しません。

2歳以上の就学前の子ども

他者との距離にかかわらず、
マスク着用を一律には求めて
いません。マスクを着用する場合は、
保護者や周りの大人が子どもの体調に
十分注意した上で着用しましょう。

6月より4、5歳児のマスクの着用については、任意とさせていただきます。また、活動によっては保育士が判断してマスクを外すよう声をかけますのでご理解を宜しくお願い致します。



気をつける
ポイント

- ▶ 夏場は、熱中症防止の観点から、マスクが必要ない場面では、マスクを外すことを推奨します。
- ▶ マスクを着用しない場合であっても引き続き、手洗い、「密」の回避等の基本的な感染対策を継続しましょう。

※その他地域の状況に応じて、講じられている対策がある場合、それを踏まえ対応をお願いします。

