



# ほけんだより



12月初旬より、インフルエンザ・発熱するお子さんが増えてきております。園のしおりでもうたっておりますが、ご本人に限らず、ご兄弟・保護者他同居家族の方がインフルエンザ等の感染症にかかった場合は速やかに園にお知らせください。

- ・インフルエンザ（何型か？）
- ・発症日はいつ？
- ・園児本人がなっていないなくても、園はお休みいただきます。  
（濃厚接触からくるご家族内感染から、結果的に他クラスへの感染拡大になってしまったことがみられたため）
- ・抗インフルエンザ薬を飲んでいるお子さんは登園できません。

### ◎お休み中にインフルエンザにかかった場合◎

・登園許可証は必要です。（登園時に提出をお願いします）

### ◎感染拡大予防のために、発熱後は24時間は様子を見ていただくようによろしくをお願いします。

発熱後降園し、自宅では熱が36度台まで下がり、翌朝37度台でインフルエンザと診断されたお子さんが複数みられています。

### ～近隣の医療機関～

医療機関名	所在地	電話番号
東京都立小児総合医療センター	府中市武蔵台 2-8-29	042-300-5111
杏林大学医学部 付属病院	三鷹市新川 6-20-2	0422-47-5511
東京慈恵会医科大学 附属第三病院	狛江市和泉本町 4-11-1	03-3480-1151

- **救急電話相談 #7119 (24時間)**  
救急車を呼んだ方がいいのかな？  
病院に行った方がいいのかな？  
迷ったら・・・

### ～調布市休日夜間急患診療所～

- 土曜日・日曜日・祝日・年末年始(12月29日から1月3日まで)
- 午後7時から午後10時  
（ただし、受付は午後9時45分まで）  
※受診の際は健康保険証を忘れずに。
- 住所 調布市小島町3-68-10  
（調布市医師会館裏）  
調布市医療ステーション内
- 電話 042-484-1455

### ●●12月の感染症（健康状況）●●

- ・プール熱(アデノウィルス) 1名
  - ・溶連菌感染症・・・ 8名
  - ・インフルエンザA型 18名
  - ・とびひ・・・ 1名
  - ・嘔吐・・・ 4名
- 他発熱する子が多く見られます。



(12/24 現在)

### <全園児歯科健診 >

【日時】1月10日(金) 9:10~

### <刷掃指導>

度【日時】1月27日(月) 9:30~

【対象】2歳児・3歳児・5歳児クラス

当日は歯垢の染めだしのために「赤色104号(フロキシソ)」という色素を用います。菓子・清涼飲料水等に使われている合成色素です。使用を希望しない方、不安な方は早めに看護師・担任までお声かけ下さい。

(2歳児は染めだしは行いません。3歳は「部分的な染め出しとなります」)

### 保湿剤の塗る時のポイント

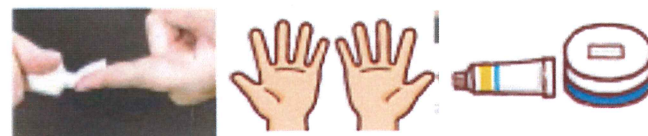
量が重要!

### 子どもの皮膚はドライスキン

子どもの皮膚は厚さが大人の半分しかなく、保湿成分である皮脂が少ないため、ドライスキンになりやすいです。ドライスキンになると、皮膚のバリア機能が低下し、病原菌やアレルギーなどが侵入しやすくなります。

### 大人の両手のひら分の面積に塗る量

チューブ薬を、大人の人差し指の先から第一関節まで出した量(0.3~0.5g)



東京都立小児総合医療センター 小児アレルギーエデュケーター 益子 育代先生「体の洗い方、外用薬・保湿剤の塗り方実践法」より引用

### お餅について

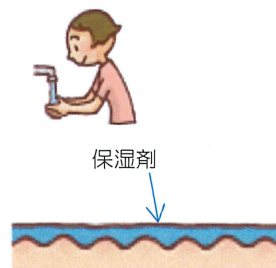
保育園では、ねこ組の幼児組からお餅を食べることがあります。お餅を食べる時は次のことに注意し、ご家庭でもお餅を食べる機会を作り、注意事項をお子さんに伝えていきましょう♪

- ① のどに張り付くのを防ぐため、**まずは水分を摂りましょう。**
- ② 小さくちぎってあげたり、小さめに歯で噛み切るように指導しましょう。
- ③ お餅を口に入れたら立ち歩いたり、話さない。話をする時の息継ぎで気道に入ってしまうのを防ぎます。
- ④ 慌てずによくかみ、飲み込むまで大人が見届けるようにしましょう。
- ⑤ こまめに水分を摂りましょう。

よくかんで食べるんだよね!



①塗る人の手をきれいに洗う  
不潔なままだと手についている細菌や刺激物が体についてしまうことがあります。



②入浴後、水分を拭き取ったらすぐに塗る  
皮膚の乾燥を防ぐためにできるだけ早く、軟膏を塗りましょう。

③たっぷりと乗せるように塗る



### やけどに注意!

寒いときは暖房器具の使用や鍋料理と、子どもたちが熱いものに接する機会が多くなり、やけどに注意が必要です。

やけどをしてしまったときは・・・なるべく早く流水で冷やします（やけどの進行を止めたり、痛みを和らげたり、細菌の感染を防ぐため）

◆水道水で、やけどをした部分を、痛みを感じなくなるまで、最低でも5分以上は冷やします。

◆水疱ができている時は、流水の水圧でつぶれないように注意してください。

◆やけど部分に衣類がある場合は、無理に脱がさず、服を着たまま上から流水をかけて冷やします。（無理に脱がすと、皮膚がはがれ、やけどがより悪化する）。

◆冷却中に震えが起こったときは、低体温になる危険性があるため、滅菌されたガーゼや清潔なタオルやラップなどでくるみ、保温しながら早急に病院に行ってください。