



ほけんだより



12月



朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。今年のカレンダーも最後の1枚を迎えます。
12月はご家族やおともだちと出かけるなど、いっしょに過ごす機会が増えるのではないのでしょうか。
感染拡大のスピードが高いオミクロン株（新型コロナウイルス感染症）にも、“必要な場面でのマスクの着用”“手洗い”“密”の回避“換気”など基本的な感染対策が有効とされています。
飲食はなるべく少人数・黙食で、外出は感染リスクの高い場面や場所を避けましょう。

保護者の方におかれましては、体がだるい、頭痛やのどの違和感や痛みがあるなど、いつもと体調がことなる時はかかりつけ医に相談し、園への登園・園への出入りは控えていただけますようよろしくお願いいたします。

気をつけて!



家電による事故を防ぎましょう



家電製品で思わぬケガをすることがあります。

よく使うものだからこそ、子どもに「ダメ」と言わずに済むよう工夫しましょう。

熱くなるもの、熱気が出るもの

炊飯器 電気ポット
電気ケトル アイロン
スチーム式加湿器 など

熱湯が出るもの

電気ポット 電気ケトル
ウォーターサーバーの給湯口
など

子どもが入れるもの

洗濯機

ドラム式洗濯機では子どもが入って出られなくなる事故がありました。縦型洗濯機では、のぞき込んだ子どもが落ちるおそれがあります。

対策①

子どもの手の届かないところに置く
危険な家電は、子どもの手の届かない安全な場所に置きましょう。コードを引っ張って、熱くなった家電が落下する事故も多いので気をつけて。

対策②

チャイルドロックを活用して
チャイルドロック機能があるものはぜひ活用しましょう。解除のひと手間はありますが、「ダメ!」と言う必要がなくなります。

冬場に多い おう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症になると危険です。子どもの様子を見ながら水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。



吐き気が治まったら、子ども用イオン飲料やお茶、スープなど、飲める物を少量ずつ飲ませる。



おしりはこずらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る

おう吐物の付いた服は、85℃以上の熱湯に1分間つけてから洗濯する。ノロウイルスやロタウイルスは熱に弱いので乾燥機も有効

● 11月の感染症（健康状況） ●

- ・溶連菌感染症・・・1名
- ・とびひ（伝染性膿痂疹）・・・1名
- ・発熱・・・20名
- ・咳・鼻水・・・20名
- ・下痢・・・5名、
- ・嘔吐・・・4名 ・頭痛・・・2名

◎症状がみられる方は必ず受診をお願いします。
早い回復のために自宅でしっかり療養するようにしましょう。

★ インフルエンザを発症した場合の出席停止の日数の数え方について ★

例	発症日	発症後5日間（登園停止期間）					発症後5日を経過		
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後 1日目に 解熱した 場合		解熱 	1日目 	2日目 	3日目 		登園 OK! 		
発症後 2日目に 解熱した 場合			解熱 	1日目 	2日目 	3日目 	登園 OK! 		
発症後 3日目に 解熱した 場合				解熱 	1日目 	2日目 	3日目 	登園 OK! 	
発症後 4日目に 解熱した 場合					解熱 	1日目 	2日目 	3日目 	登園 OK!

（イラスト引用） 健栄製薬hpより <https://www.kenei-harm.com/general/learn/influenza/5124/>

<発症時にお願いしたいこと>

・インフルエンザと診断を受けたら、速やかに園にご連絡ください。

誰が？ いつ発熱したのか（発症したのか）？ 同居内家族で発症した方がいるのかどうか？

・日にちが経過し、症状が良くなっても、**タミフル等、抗インフルエンザウィルス薬内服中はお子さまをお預かりできません。**

・園内での感染拡大予防のため、同居内家族でインフルエンザを発症している方がいる場合は登園をお控えいただけますようご協力のほどよろしくお願いいたします。

<登園前日にお願いしたいこと>

New! 解熱日の確認など“登園時の時間短縮”のため上記の表に基づき、登園可能となる日の前日に保育園へ電話連絡をお願いします。（月～土 9-16 時まで）(Tel042-490-2031 保健まで)

<登園時にお願いしたいこと>

・医師が書かれた「**登園許可証**」を忘れずにお持ちください。

きょうだいで感染症にかからないようにするためには……

～ 家庭内感染の予防につとめましょう ～

集団生活に入っているお子さんは様々な病気をもらいやすいので、他のきょうだいへの感染が心配されます。

- ・予防接種で防げる病気は、きょうだい、お子さん、ご家族ともに、接種できる方は予防接種を受けてかからないようにつとめましょう。
- ・外から帰ってきた時、食事前の手洗い、うがいができる子はうがいをしましょう。

●もし、かかった場合は……

- ・早めに受診して適切なケアと療養により、症状の回復につとめましょう。
- ・咳等で飛沫感染するインフルエンザやコロナ等は、なるべく別の部屋で過ごしましょう
- ・ウィルス性胃腸炎の場合、吐いたものや便、汚れた衣服や床等には大量のウィルスが付着しています。使い捨て手袋とマスクをつけて処理しましょう。塩素系漂白剤で消毒し、使用したものはビニール袋にいれてしっかり閉めましょう。

