



12月ほけんだより



令和3年12月1日

矢田野こども園

早いもので、今年も後1ヵ月となりました。朝晩の冷え込みも厳しくなり、かぜでお休みする子どもが増えていきます。感染症の流行る季節となり、園ではこまめな手洗い・うがいと呼びかけ、かぜを予防しています。ご家庭でもお子さまの体調管理に十分な配慮をお願いします。



インフルエンザとかぜは何が違うの？

かぜは、喉の痛み、鼻水、くしゃみ、咳などの症状が中心で、全身症状はあまり見られません。

インフルエンザは、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など、全身の症状が突然現れます。また、かぜと同様に、喉の痛み、鼻水、咳などの症状も見られます。突然の高熱が出たら病院で診てもらいましょう。

インフルエンザかも！？

- ・進行が速い
- ・38℃以上の高熱
- ・寒気が強い
- ・激しい頭痛や筋肉痛
- ・咳がたくさん出る



新型コロナウイルスに 気をつけよう！！



全国的に、新型コロナウイルス感染拡大は落ち着いていますが、「3密」を避け、手洗い、うがい、マスクの着用を徹底し、感染予防をしましょう。

これから年末年始にかけて、多人数で集まり飲食する機会が増えるかと思います。食事中は、静かに飲食し、食べ終えてからマスクを着用し会話するようにしましょう。

また、寒い季節ではありますが、一定時間ごとの換気を必ず行い、密を避けましょう。

引き続き『新型コロナウイルス』にご注意ください

1. マスク着用、手指消毒、換気を徹底する。
2. 多人数、長時間の会合や飲食を避ける。
3. 家庭内感染に気をつける。
4. バランスのよい食事、軽い運動で免疫力をつける。



予防接種について



発症を抑え、肺炎や脳炎などの合併症を防ぐ重症化防止効果があります。ワクチンは効果を発揮するまでに約2週間かかり、半年程度効果が期待できます。急性の病気にかかっている場合や、発熱している子は予防接種を避けたほうがよいでしょう。



感染性胃腸炎



感染性胃腸炎は、ノロウイルスやロタウイルスが原因の胃腸炎で、数時間前まで元気だったのに、突然顔色が変わり嘔吐が始まるケースが多く見られます。症状が出てから数時間が一番重く、水分を与えても吐いてしまいます。吐き気が治まるまで様子をみて、顔色が戻ってきたら経口補水液などを少量ずつ与えましょう。乳児の場合、母乳はそのままあげても構いません。下痢の症状は、数日前から出る場合もあれば、嘔吐が始まってから出る場合もあります。嘔吐物や便から感染するケースが多いので、早めの処理と消毒が、集団感染の予防につながります。

【お知らせ】

- ★体調不良で欠席する場合は、症状等について詳しくご連絡ください。
- ★園で薬を飲ませる必要がある場合、必ず『与薬の依頼書』に添えて『薬の説明書』も提出ください。提出されない場合や、書類がない場合、飲ませられないことがあります。