



ほけんだより 1月号

社会福祉法人 伊東つくし会
ちゅうりっぷ保育園
H31年 1月

あけましておめでとうございます。新しい1年がスタートしました。今年はどんな1年になるのでしょうか。今年も子どもたちが健康に過ごせるように、ほけんだよりを通して病気のこと、予防法などをお伝えしていきたいと思えます。 本年もよろしくお願ひいたします。

◆インフルエンザ◆

潜伏期間 1~3日

感染経路 飛沫感染 (咳、くしゃみ)

症状 突然の高熱

激しい咳

関節の痛み

筋肉痛

合併症 気管支炎 肺炎 中耳炎

インフルエンザ脳症

特に注意したい合併症です。

インフルにかかってから1~2日程で発症します。呼びかけても反応がない、ボーっとしている、ぐったりしている、ウトウトしている、吐く、けいれんを起こすなどの症状がみられたら、すぐに救急車を呼びましょう。

登園について

発症後 (熱などが出現した時が発症日) 5日を経過し、かつ、解熱後 3日経過するまで登園停止です。

予防

子どもも大人も予防接種！ 手洗い、うがい (うがいができない子は水を飲み喉の乾燥を防ぎましょう) !

湿度 50~60% 室温 20°C前後！ 1時間ごとに5分程度の換気！

インフルエンザには、アルコール消毒が有効です。

園の玄関、各クラス入口に手指消毒用のアルコール消毒が

置いてありますので、この時期は特に手指消毒をお願いいたします。



インフルエンザとかぜの違い

インフルエンザとかぜの違いは、主にウイルスの種類と症状です。違いを知って、初期症状の段階で適切な処置ができるようにしましょう。

	インフルエンザ	かぜ
感染力	強い	強くない
初期症状	強い寒気、頭痛、悪寒	くしゃみ、鼻水、喉の痛み
発熱	急性 (39~40°C)	徐々に上がる (37.5°C)
筋肉痛	全身 (腰、関節、筋肉など)	軽い
くしゃみ、鼻水	後から少しある	最初からある
咳	強い	軽い
目の充血	しばしばある	あまりない
経過	やや長引く	短期間で治ることが多い
免疫	3~4ヵ月	短期間

☆歯科健診☆

全員虫歯ありませんでした

☆内科健診☆

全員異常ありませんでした

12月の感染症 突発性発疹

*夜間や休日に具合が悪くなった時には、登園時に職員に声をかけてください。

*受診をする時には、医師に保育園に行っていることを伝えて薬のみ方を調整してもらえるか聞いてみてください。

よろしくお願ひいたします！