



# ほけんだよい

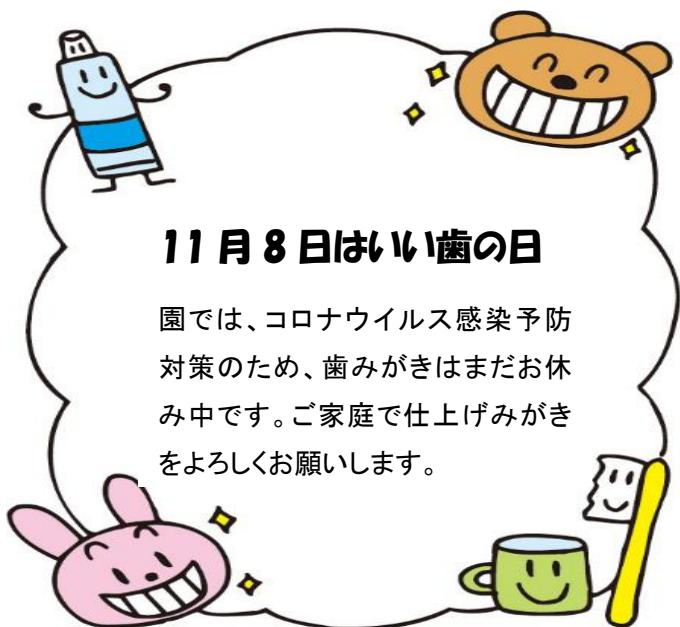
社会福祉法人  
伊東つくし会  
2022年11月

日に日に秋が深まってきた。寒暖差も大きくなり、空気が乾燥してきましたね。ウイルスは、低温、低湿度が大好きです。園や、市内ではRSウイルス感染症や急性上気道炎が多くみられています。換気や部屋の温度、湿度に気をつけて感染予防しながら、元気に過ごしていきたいと思います。

室温 20°C~23°C

湿度 50~60%

40%を切らないようにしましょう！



## 11月8日はいい歯の日

園では、コロナウイルス感染予防対策のため、歯みがきはまだお休み中です。ご家庭で仕上げみがきをよろしくお願ひします。

## 2歳未満は要注意！ RSウイルス感染症

秋から冬にかけて多くのRSウイルス感染症。感染力が強く、2歳までにほぼ100%感染するとも言われます。年齢が低いほど重症化しやすく、呼吸困難になったり、気管支炎、細気管支炎、肺炎などの合併症を起こしたりすることもあるので「かぜかな」と感じたら、念のため病院へ行きましょう。

38~39°C  
の高熱

激しいせき

ゼイゼイと  
いつ呼吸音

鼻水

せきがひどいときは……

- 体を起こすか、縦抱きにして背中をさする
- 室温は上げすぎず、加湿する
- 水分を少しずつゆっくり飲ませる



## 健診のお知らせ

つくし保育園

歯科健診 15日 14時30分

内科健診 17日 15時

ちゅうりっぷ保育園

歯科健診 22日 14時30分

内科健診 29日 15時

お休みをしないようお願ひします。

どうしても都合の悪い時には職員に声をかけてください。



## インフルエンザについて

今冬においては、新型コロナウイルス感染症と同時流行も懸念されています。発熱だけでなく、咽頭痛・咳・頭痛など、普段と異なる症状がある時には登園を控え、受診をお願いします。  
◎予防接種を受けましょう！

10月の感染症  
RSウイルス感染症  
手足口病・流行性耳下腺炎