



保健だより

令和5年 11月 1日(水)

村山中藤保育園「白樺」 看護師 佐藤

朝晩の空気が冷たく感じられるようになり、少しずつ冬が近づいてきています。空気も乾燥して、感染症が流行しやすい時期となります。感染予防の基本である手洗い・うがいの励行で予防を行なっていきたいですね。

10月は咳や発熱で欠席や早退が多かったです。登園されてからも体調がすぐれないお子さまもみられ、活動中に咳込んだりする姿がありました。お家にいるときは症状が落ち着いていても、保育園は集団生活の場であり活動の場ですので、症状がぶり返すこともあります。発熱がみられなくても、咳や鼻汁が普段より多い場合は、大事をとってご家庭でゆっくりされるのが回復への一番の近道だと思います。

忙しい日々ですが、お子様の健康を第一に考え、元気に回復し、また安心して過ごせるよう、今後ともご協力をよろしくお願いいたします。

《11月の保健行事》

11月 6日(月) 3～5歳 身長・体重測定・胸囲測定 爪チェック

11月 7日(火) 0～2歳 // //

11月 8日(水) 秋の健康診断 伊奈平南クリニック 田中医師

11月22日(水) 歯科検診 いとう歯科医院 伊東歯科医師

* 水曜日(不定期) 0歳児検診

歯科検診について

年に2回の歯科検診。少し緊張しながらも、一生懸命お口を開けて先生にほめられながら、嬉しそうな表情で検診を受けるお子さまたち。特に3～4歳はむし歯の数も増えてしまうので、夜の仕上げ歯磨きはとても重要です。乳歯の下には永久歯が待ち構えていますので、乳歯のむし歯リスクはそのまま永久歯へのリスクにつながります。乳歯だからと安心せずに、むし歯があれば受診して治療を受けていきましょう！

胃腸炎について

「胃腸炎」は、ウイルス感染によるものがほとんどと園医の田中医師は話していました。吐物は感染源と捉えて、消毒をおこなっています。吐物の付着した衣類等は保育園では洗えませんので、そのままビニールに入れての返却となります。ご家庭での取り扱いには十分にご注意下さいますよう、よろしくお願い致します。

胃腸炎が疑われて嘔吐した場合は、少量であっても園では飲食せず2～3時間あけて様子をみまします。症状が続くようなら脱水の心配もありますので、すみやかに受診をしていきましょう。

〈登園を控えるのが望ましい状態〉

- ・ 24時間以内に嘔吐／下痢がある

(1日経過をみて、食欲や便の性状が落ち着いたのを確認して下さい)

- ・ 体温がいつもより高い (胃腸炎の場合は発熱がみられないことがほとんどです)
- ・ 顔色がすぐれず、ぐずったり、だるそうな様子がある (脱水の恐れがあります)
- ・ 食欲がなく水分も欲しがらない (体調が戻っていないサインです)

インフルエンザについて

ここ数年は新型コロナウイルス感染症の感染対策で影を潜めていたインフルエンザですが、8月頃から流行がみられ、また学校では学級閉鎖などもあり、この秋冬大流行とのニュースも聞かれます。

＜インフルエンザの症状＞

突然高い熱 (38～40℃) が出て、咳や鼻水、くしゃみなどの症状の他、筋肉や関節などが痛くなり、1週間ほど続きます。罹患すると1週間ほど出席停止となります。

＜出席停止期間について＞

インフルエンザの治療薬を使うと早くに解熱することがありますが、感染力の強いウイルスは身体の中に残ったままです。「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日 (幼児にあっては3日) を経過するまで」出席停止となります。登園する日については受診された際に、医師の指示を確認して下さい。登園の時に鼻水や咳などの症状がまだある場合は、症状が落ち着くまでは登園を控えて下さいますようお願い致します。

【インフルエンザの登園基準 (厚生労働省ガイドラインより)】

発症した後5日を経過し、かつ、解熱後3日を経過するまでです。

	発症日	発症後	発症後	発症後	発症後	発症後	発症後	発症後
		1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
発熱後1日で解熱	発熱	解熱	→ 注1				登園可能	
発熱後3日で解熱	発熱			解熱	→			登園可能

注1：発症後5日以内のため登園不可となります。

*発熱した日および解熱した日は0日と数えます。

*解熱とは、24時間以内に発熱がないことを言い、24時間以内に再び発熱した場合は解熱とはなりません。

*解熱後3日間とは、解熱剤を使用しないで発熱しなくなり3日を経過したことをいいます。

☆お休みされる時は☆

お休みの時は保育園に一報のご連絡をしていただけるとお子さまの様子がわかり安心します。

またご病気等で受診された際に「感染症」と診断された場合に保育園にご連絡していただけると、保健の号外を出すなどの対応ができますので、何卒ご協力をよろしくお願い致します。