



美木多いっちゃん保育園

12月号



早いもので2021年も年の瀬を迎えました。

季節は冬になり、日中も寒い日が増えてきましたね。

12月はクリスマスや、年越しなどお楽しみがいっぱいの月ですが

感染症が増える時期でもあります。健康管理には十分気を配っていきましょう！



今月の保健行事

12月8日(水)

身体計測



流行している感染症

1歳児で軟便～下痢症状が多くみられました。  
その他、感染症流行していません。

## 感染性胃腸炎が流行り始める時期です。

ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は、手洗い・うがいをきちんと行ってください。登園の際は意見書が必要です。



### 汚れた衣服は…

85℃以上の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



消毒ができれば洗濯機に入れて大丈夫です。



汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう。



手足口病、ヘルパンギーナが全国的に流行しています。

夏に流行る感染症ですが、秋ごろから現在まで、患者が増加傾向のようです。手足口病とは言え、手足だけでなく全身に発疹が広がったり、高熱が出ることもあります。

ヘルパンギーナは口の中に水疱、口内炎が出来て、食事を取りづらくなります。

特効薬はなく、症状に応じて、解熱剤や、痛み止めが処方されます。

概ね 2~3 日で軽快していきます。大人がかかると、発疹の部分に痛みがあり、症状、治癒期間ともに重症化しがちの様子です。

発疹が頭皮にも見つかったら、水痘の疑いもあります。発疹が増えてきたら、よく観察してください。登園の際はいずれの疾患でも意見書が必要です。



インフルエンザの流行時期に入ります。



## インフルエンザ対策

- ・食事前、帰宅時に手洗い・うがいをする。
- ・バランスのよい食事、睡眠をしっかりとる。
- ・肌着をきちんと着けて、気温に合わせた衣服の調節をする。
- ・部屋の換気をし、人ごみをなるべく避ける。
- ・適度に運動をする。



予防接種を受けよう！

感染力の強いインフルエンザにかかりにくくなり、発病しても重症化するのを防ぎます。接種を受けてから抗体ができるまでには約2週間かかるので、10月~12月頃には接種を済ませておきましょう

6カ月児~12歳以下の小児は2週間あけて2回接種が必要です。

家族みんなで予防接種しておくとう安心ですね！

