



ほけんだより

12月号

2022年12月5日

さんいく保育園有明

看護師

早いもので今年もあと1か月となりました。子どもたちにとってはクリスマスや年末年始のお休みなどお楽しみがいっぱいの月ですが、外出や来客も多く、生活リズムが乱れがちになります。また、感染症が流行する季節でもあるので体調管理にはしっかりと気を配っていきましょう。

## ●○インフルエンザ○●



咳やくしゃみなどによって感染し広がる病気で、例年であれば冬季に多くの感染者が出ます。悪寒、急な発熱、関節痛に続き、下痢、嘔吐、咳、くしゃみ、喉の痛みなどの症状が見られます。放っておくと周りへの感染を広げるだけでなく、合併症の危険も伴うので、インフルエンザの症状かなと思ったら医療機関で診てもらいましょう。ここ数年は予防接種や感染対策が功を奏し、全国的な流行は見られませんでした。今年度は様々な要因により流行するのではないかと予想がされています。今年も感染対策へのご協力をよろしくお願い致します。



### インフルエンザになったら…

まずは病院へ行き、インフルエンザかどうか診断してもらいましょう。高熱や下痢が続くと脱水症状を起こしやすくなるので、こまめな水分補給が大切です。感染力が強いので、発症した後5日を経過し、かつ、熱が引いてからも3日間は登園を控え、しっかりと自宅療養しましょう。また、インフルエンザと診断されましたら保育園の方へご連絡をお願いします。なお保育園の登園に関しては当面の間「意見書」は不要となりますので、医師へ登園の目安についてご確認くださいませようお願いします。



### 年末年始の急病は？

年末年始はほとんどの病院が休診となります。お子さまの急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院の他、近くの救急病院の診療時間と休診日は確認しておきましょう。また、帰省先の救急病院の情報も把握しておくことが大切です。

### 予防接種の確認について

園内での感染症対策のためにインフルエンザの予防接種をはじめ、その他の定期予防接種・任意予防接種歴の確認をさせていただきます。本日健康カードを配布させていただきますので、裏面の予防接種歴を確認していただき未記入の物がございましたら追記してください。また健康カードに関しましては12/16(金)までに担任の方へ戻していただきますようお願いいたします。

### おなかの風邪や胃腸炎が流行しています。

11月後半より下痢や嘔吐などの胃腸炎症状にて欠席やお迎えを依頼するお子様が増えてきています。江東区内にあります当法人が運営する保育園でも流行の兆しが見られており、冬になると流行する病気でもありますので、症状が見られましたら早めの受診や家庭での休養をお願いいたします。また、本来であれば下痢等は2度出るとお迎えを依頼しておりますが、クラスや園内の発生状況によりましては1度の下痢や嘔吐でもお迎えや受診を依頼させていただく場合がございますのでご了承ください。

〈症状〉

吐き気、嘔吐、下痢、食欲不振、発熱 など