



令和4年11月1日

さくら保育園

秋も深まり、暖房器具を使用する季節になりました。インフルエンザやノロウイルスなどの感染症が流行しやすい季節です。加湿や換気などに気を配りながら、体調管理には十分気をつけていきましょう。

11月の保健行事

尿検査

4日(金) 提出日

18日(金) 提出予備日

- * 予備日に検査ができなかった場合は、ご家庭で医療機関を受診していただきます。(その際の費用は、自己負担となります。)
- * 検査方法などの詳細については、尿検査キットと一緒に配付しましたお手紙をご覧ください。

歯科健康診断

11日(金) 9:00開始

- * 朝、必ず歯みがきをして登園しましょう。
- * 保育中に行います。
- * お休みされた方は、後日、囑託医にて健康診断を受けていただきます。お休み予定の方は、事前に担任までお知らせください。



<10月の病気・感染症の様子>

手足口病	12名
ヘルパンギーナ	2名
RSウイルス感染症	2名
咳・鼻水症状	10名
嘔吐・下痢症状	3名
発熱症状	27名

* 先月から引き続き、手足口病が0~1歳児クラスで多く発症しました。

インフルエンザ予防接種を受けましょう



今冬のインフルエンザについては、新型コロナウイルス感染症との同時流行も懸念されており、日本感染症学会からは、積極的なインフルエンザワクチンの接種が推奨されています。

* ワクチンが十分な効果を維持する期間は、接種して2週間後から5か月間とされています。そのため、ワクチンの効果を高めるために、できるだけ早い時期に接種を受けることをお勧めします。



熱がある時のお家でのケア

水分補給

こまめに水分補給をしましょう。湯冷まし、麦茶、子ども用イオン水などが適しています。



汗をかいたら

汗をそのままにしておくと、あせもやかゆみの原因になります。お風呂に入る元気がない時は、ぬるま湯に浸し固く絞ったタオルで体を拭いてあげましょう。お風呂に入れる時は、湯冷めしないように部屋を温めておき、ぬるめのお湯やシャワーでサッと洗ってあげましょう。

手や足を触って布団や衣服を調節

熱があるのに手足が冷たい時は、熱がまだ上がりきっていないサイン。寒気を感じやすいので、布団や衣服で温かくします。手足が温かく、熱が上がりきったら、布団を減らして薄着にします。



冷却シートについて

熱がある時におでこを冷やすと気持ちがいいですが、熱を下げる効果はそれほどありません。小さいお子さんは、冷却シートで鼻や口をふさいでしまうことによる窒息の危険があるので、避けた方がよいでしょう。熱を下げるには、わきの下や足のつけ根などの太い血管の所を冷やすと効果があります。