



# 11月 ほけんだより

2021年11月1日発行  
新川崎みらいのそら保育園

気温が下がって乾燥する季節になりました。新型コロナウイルス感染症の予防とともにその他の感染症からも身を守るために、手洗いや換気、室温湿度の調整、規則正しい生活を心がけていきましょう。また、11月8日は「いい歯の日」です。1本1本ていねいに磨くことや定期的に歯の健診に行くなど歯に関心を持ち、家族みんなで歯を大切にしていきましょう。

## 冬の感染症について

### インフルエンザ

高熱や頭痛、関節や筋肉痛などの症状が出ます。子どもは「だるい」と言えないことが多く、元気がない、機嫌が悪いといった状態が続きます。登園許可証が必要になりますので登園再開時に持参していただきます。

#### ～登園の目安～

- ◎発症後5日経過していること
- ◎解熱してから3日経過していること

#### ～予防接種～

予防接種を受けることで重症化を防ぐことができます。13歳未満は2回接種が必要ですので、流行シーズン前に十分に免疫を上げておくために、11月中に1回目の接種を終わらせておきましょう。



### ノロウイルス感染症 (ウイルス性胃腸炎)

激しい嘔吐と下痢が起こります。ほとんどの場合、1～3日で回復しますが、脱水症を起こす事があり油断は禁物です。また、症状が治まった後も便中にはウイルスが3週間以上排出されることがあるため、排便後やおむつ交換後の手洗いを徹底しましょう。

#### ～登園の目安～

- ◎嘔吐、下痢等の症状が治まっていること
- ◎普段の食事がとれること

#### ～嘔吐物処理について～

ノロウイルスは感染力が強く、嘔吐物で汚れた衣類などの消毒には塩素系消毒薬が必要です。急な発症に備えて、用意をしておきましょう。また、ノロウイルスはアルコール消毒が効きません。必ず手洗いを行いましょう。



## 子どもたちと一緒に正しい手洗いを！

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう。



①てのひら



②手の甲



③指の間



④指先・つめ



⑤手首



⑥洗い流す



チェック

指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いです。

## 急な発症！家庭での対応について

### 発熱のときの対応

寒気を訴える場合は温かくし、全身が熱いときは首まわりや脇の下などを冷やします。高熱のときは汗をたくさんかくので、脱水症状を起こさないように水分補給をしましょう。熱のほかに発疹の有無、下痢、嘔吐などを確認しましょう。また、高熱でけいれんを起こすこともあるので必ず目の届くところで見守りましょう。



### 腹痛のときの対応

便秘や食べすぎ、胃腸炎かもしれないので、排便を促しましょう。熱を測り全身の症状を確認します。下痢や嘔吐を繰り返す、痛みが強いなどのときはすぐに受診しましょう。

## 10月の報告

今月は伝染性膿痂疹（とびひ）1名発生しました。その他、発熱や咳、咽頭痛、中耳炎でお休みする子どもがいました。  
<身体測定>6日(2歳児)/7日(0,1歳児)/11日(3-5歳児)  
※今月は頭囲・胸囲測定も行いました。  
<健康診断>26日(0,1歳児)

## 11月の予定

<身体測定>8日(0-2歳児)/9日(3-5歳児)  
<三者連携集会>15日(3-5歳児)

