

ほけんだより12月



年の瀬を迎え、何かとあわただしい12月。生活リズムが崩れがちで、また感染症もはやる時期です。今月は発表会もありますので、お子さんの健康管理には十分に気を配っていただきますようお願いいたします。栄養をしっかり取り、たっぷり寝て、よく遊び、かぜに負けない強いからだで元気に今年を締めくくりましょう。

インフルエンザが気になる季節

くしゃみ、せきなどの症状の他に、高熱と頭痛が急激に現れたら、インフルエンザかもしれません。潜在期間が1～3日と短く、感染力が強いので注意が必要です。インフルエンザの予防方法はワクチンです。できれば10～12月の間に1～4週間の間隔をあけて2回接種して下さい。すでに接種済みのお子さんもしらっしゃいますが、大流行を防ぐためにも一人一人が意識を高く持ち、予防に努めましょう。

- 外出後はうがい、手洗いをする。
- 3食きちんとバランスのとれたものを食べる。
- 早寝、早起きで生活リズムを整える。
- 適度な湿度、換気を心がける。

インフルエンザ登園許可について

インフルエンザの登園基準は、発熱などの症状が出た後5日目、さらに、解熱後3日間を経過するまでです。抗ウイルス薬の投与により、症状が早く回復してもウイルスの排泄は3～7日間続いています。発症後およそ7日間は自宅にとどまり、外出は控えましょう。また、医師から登園許可が出て、咳が残る間は登園を控えていただきますようお願いいたします。

登園届と意見書について

もし、お子さんが感染症にかかった場合は、登園する際に医師が記入する「意見書」もしくは、保護者が記入する「登園届」のいずれかが必要です。登園届を記入する際は、登園のめやすを参考に、かかりつけ医の診断に従い、提出して頂くようお願いいたします。また、集団生活に適應できる状態に回復してから登園するようご配慮ください。

又、園では感染症にかかってしまったお子さんがいる場合、流行をできるだけ避けたいため、お手紙を配布しています。もし、お子さんに同じような症状が現れた場合、かかりつけ医にその旨をお話しして頂き、検査を受けて、その結果を園までお知らせください。

お薬の持参について

保育園での薬の投与は原則として行わないことになっています。

ただし、特例として、医師の「投薬指示書」（緑色の紙）と保護者の「与薬依頼票」を提出いただければ与薬するようにしています。塗薬の場合も同様ですが、できるだけ登園前に塗っておいていただくと助かります。また、飲み薬も朝夕2回に出来るものもあるそうなので、できれば医師と相談して、そのようにして頂くと助かります。

重要 緊急時の電話連絡についてのお願い

お子さんがインフルエンザや風邪などで熱が出た時など、連絡を取ることが多くなってきました。その際に連絡が取れないと、とても心配になります。勤務先や電話番号が変わったときは必ず担任までお知らせください。また、勤務がお休みの時にも確実に連絡が取れる番号を連絡ノートか口頭で必ず担任までお知らせください。

ノロウイルスに要注意!!

冬場に増える感染性胃腸炎は、カキやあさりなどの二枚貝に蓄積されますが、貝殻からの感染より、感染者のおう吐物、排せつ物からうつる2次感染のケースが多いようです。感染すると、激しい下痢やおう吐、腹痛があり、38度以上の発熱も伴います。予防としては、感染例が報告されている間は二枚貝は加熱して食べる、また食事の際にはせっけんでよく手を洗う、などです。しっかり洗えばノロウイルスは手から洗い流すことができます。



RSウイルスについて

9月に園でも流行しましたが、先月もRSウイルスにかかったお子さんがいらっしゃいました。RSウイルスは集団感染しやすい感染症で、咳や鼻水で始まり、呼吸時にヒューヒュー、ゼイゼイといった音が出ます。特に乳児がかかりやすく、気管支炎や肺炎を起こすことがあるため、早めに受診し、こじらせない様にすることが大切です。※登園届が必要です。

～ つめを切りましょう ～

つめが伸びていると、つめと指の間にばい菌が繁殖しやすくなります。また、乳幼児の柔らかい肌を傷つける危険性もありますので、つめはこまめに切るようにしましょう。できれば1週間に1回は切るようにしましょう。ただし、深づめには要注意！切りすぎて肌を傷つけ、化膿してしまうこともあります。

12月の行事予定

- 12月 3日(日) ちかっぱ糸島出演(フィッツジャーマン)
- 12月 9日(土) 第65回発表会
- 12月 11日(月) 身体測定(以上児)・絵本配本
- 12月 12日(火) 身体測定(未満児)
- 12月 13日(水) 志摩園訪問(ゆり組)
- 12月 16日(土) 避難訓練
- 12月 21日(木) お誕生会
- 12月 28日(木) 保育終了日・布団洗濯日



冬の肌荒れ対策

空気が乾燥する冬は、お肌も乾燥する季節。特に子どもは、肌のバリア機能が未発達のため、荒れやすいのです。日々のケアを心がけ、デリケートな肌を守りましょう。

外あそびや手洗いのあと、冬の寒風に地肌を保湿クリームを塗る。さらさない。



(長そで・長スボンの着用)