



12月のほけんだより

令和4年12月1日発行
あいせん保育園

本格的な冬を迎え、インフルエンザをはじめとする感染症に警戒しなければならない季節になりました。引き続き、新型コロナウイルス対策を行い、子どもたちの健康管理・安全対策に取り組んでいきたいと思ひます。



冬至～今年は12月22日～



冬至とは1年で夜が最も長く、昼が短い日です。この日は、カボチャを食べゆず湯に入り、無病息災を願う風習があります。カボチャはβカロチンが豊富に含まれており、皮膚や粘膜の抵抗力を高め、生活習慣病やガン予防に効果があると言われています。ゆずには、新陳代謝を活発にして血行を促進する作用があります。また果皮に含まれるビタミンCやクエン酸による美肌効果があります。冬至には、カボチャとゆずの2大強カパワーをもらって、寒い冬を元気に乗り切りましょう！



インフルエンザと新型コロナウイルス同時流行対策について

保育園ではインフルエンザに罹った際、学校保健安全法に基づき登園許可証明書の提出が必要です。しかし、今年の冬はインフルエンザと新型コロナウイルスの同時流行が懸念されており、発熱外来のひっ迫等を回避するため、医療機関が発行する登園許可証明書等の提出を求めないことになりました。そのため、インフルエンザと診断された場合は、病院や保育園とともに登園可能日を確認しなければなりません。発熱の日数によって登園停止期間が異なりますので注意して下さい。

《登園停止期間早見表》

例	発症日	発症後5日間（登園停止期間）					発症後5日を経過		
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後1日目に解熱した場合	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目	登園OK			
発症後2日目に解熱した場合	発熱	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目	登園OK		
発症後3日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目	登園OK	
発症後4日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目	登園OK

※インフルエンザの出席停止期間は、乳幼児の場合「発症後、5日を経過し、かつ解熱後3日を経過するまで」となっています。小学生以上の場合「発症後、5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」となります。
※発症日とは発熱の症状が現れた日をさします。
※解熱した日はカウントせず、翌日から解熱後1日目、2日目と数えます。



11月の健康情報

嘔吐、下痢などの胃腸炎症状の園児が多数出ました。新型コロナウイルス感染者が増加しています。体調不良時は無理をせず自宅で療養するようにしましょう。

