



12月ほけんだより



令和4年12月1日発行
新川崎みらいのそら保育園

寒さがまたいちだんと厳しくなってきたこの頃。子どもは風邪をひきやすいですが、ひきはじめに無理をすればこじらせるもとになり、治りかけのときに無理をすると再び返す原因になります。早めに休ませ、しっかり治すことが大切です。規則正しい生活でウイルスに負けない体をつくり、予防接種や手洗いで予防をしていきましょう。

流行しやすい感染症



感染性胃腸炎

<症状>

頻回の嘔吐、水のような下痢、腹痛、発熱。ウイルスの種類によって嘔吐や発熱が目立たないこともあります。細菌性では血便を伴うこともあります。

<対応>

脱水症状を引き起こしやすくなります。吐き気が治まったら少量ずつこまめに水分補給を行きましょう。

<<登園の目安>>

「嘔吐と下痢が治まり、いつも通りの食事ができる」

溶連菌感染症



<症状>

高熱、のどが真っ赤な腫れ・痛み、全身の発疹、舌にいちごのような赤いぶつぶつができます。

<対応>

抗生薬は最後まで飲み切りましょう。治った後も、急性糸球体腎炎になるリスクがあるため医師の指示通り再受診し尿検査をしましょう。

<<登園の目安>>

抗生薬治療を開始して **24 時間経過**し、主要症状が消失するまで登園停止。**登園許可書が必要**です。



11月8日付けで**季節性インフルエンザの登園許可書が不要**となりました。

登園目安は変わらず、

「発症後 **5 日間経過**し、**且つ解熱後 3 日を経過**するまで」です。罹患した際には必ずご連絡ください。

せきで眠れないときは……

咳が続くと体力を奪います。呼吸が楽になるようにケアしてあげましょう。

① 上半身を高くする

横になると咳がひどくなるときは、縦に抱っこしたり、上半身を少し起こしてあげると呼吸が楽になります。

② 部屋を加湿

空気が乾燥していると鼻やのどの粘膜に負担がかかります。寝室にも加湿器を置いて、のどを守りましょう。

③ ゆっくり休む

大人は熱がなければ大丈夫と思いがちですが、小さな子どもは、咳でも体力を奪われます。早く休んだほうが早く治ります。ゆっくり過ごさせてあげましょう。



11月の報告

今月は乳児クラスで**溶連菌感染症**が発生しました。その他、発熱や呼吸器症状など体調を崩すお子さんが多くいました。

●身体測定：

1日(3-5歳児) / 9日(1,2歳児) / 11日(0歳児)

●三者連携集会：8日「風邪予防」(3-5歳児)

12月の予定

●5日：身体測定(3-5歳児)

●6日：身体測定(1,2歳児)

●7日：身体測定(0歳児)

●16日：保健指導「咳エチケット」(3-5歳児)

●27日：園医健診(0,1歳児)



～ 急病時の対応 ～



<川崎市救急医療情報センター>

☎ 044-739-1919
(24時間365日)

急な病気やけがをした場合、電話によりこれから受診できる川崎市内の医療機関(歯科は除く)をご案内しています。

<かながわ小児救急ダイヤル>

☎ #8000
(毎日18時～24時)

夜間、お子さんの体調のことで判断に迷ったとき家庭でどのように対処すれば良いか、すぐに医療機関にかかる必要があるかなどについて、電話で相談に応じます。