



# 11月 ほけんだより



2023年11月1日発行  
新川崎みらいのそら保育園

秋も深まり、朝晩の冷え込みがより一層感じるようになりました。インフルエンザやノロウイルスなど感染症が流行しやすい季節です。加湿と換気をしながら、体調管理には十分気を付けていきましょう。

## 覚えておきたい！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ぷつぷつができます。

#### 対応

抗菌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。

#### ＜登園目安＞

抗菌薬治療を開始して24時間以上経過し、主要症状が消失するまで登園停止

## 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。

## フーン！で

## 鼻をかむ練習から始めましょう

大人にとって鼻をかむのは簡単なことですが、小さな子どもは鼻から息を吹き出すのも難しいものです。まずは練習から始めましょう。

### 鼻から息を吹いてみる



「お鼻からフーンって吹くよ！」と声をかけて、鼻から息を吹き出させます。ティッシュペーパーや糸につるした紙飛行機を顔の前に垂らし、揺らす遊びもおススメです。

### 片方ふさいで吹いてみる



鼻から息を吹けるようになったら、片方の鼻の穴をふさいで、やさしく息を吹くように声をかけます。上手になったらティッシュペーパーを当てて片方ずつ鼻をかませてみます。

## 10月の報告

今月は以下の感染症の発生がありました。

- 手足口病：乳児 16 名、幼児 1 名
- 溶連菌感染症：乳児 3 名、幼児 1 名

#### ○身体測定：

10日(3-5歳)/11日(1,2歳)/12日(0歳)

#### ○健康診断：24日(0,1歳)

#### ○保健指導：27日「トイレの使い方」(3-5歳)

## 11月の報告

#### ○身体測定：

7日(3-5歳)/9日(1,2歳)/10日(0歳)

#### ○三者連携集会：20日「風邪予防」(3-5歳)



予防接種を受けた場合には、連絡帳へ記載又は直接お伝えください。また、健康ノートをお渡しした際にP11への記入もお願いします！

