

11月のほけんだより

令和4年11月1日
あいせん保育園

朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。寒暖差が激しいと、風邪をひきやすくなります。これからやってくる本格的な冬に向けて、風邪に負けないじょうぶな体作りを心がけましょう。

歯科健診の結果

10/20に園医の小林先生による歯科健診がありました。結果は次の通りです。

- 虫歯があった園児
- 乳児クラス なし
- ほし組 5名
- つき組 4名
- うちゅう組 2名



今年はどうなる？

インフルエンザの流行



今年の冬は、新型コロナウイルスとインフルエンザの同時流行が起こるかもしれないと言われています。南半球のオーストラリアは北半球の日本と季節が逆で、日本でのインフルエンザの流行を予測する重要な指標になっています。オーストラリアでは今年4月からインフルエンザが増え始め6月にピークを迎えました。同じ時期に新型コロナウイルスも同時流行しています。日本でもオーストラリアと同じように、この2年インフルエンザが流行していなかったのでインフルエンザに対する免疫が低下した人が増えた可能性があります。また2歳以下の流行を経験した事のない子どもたちもいます。水際対策が緩和されたので、インフルエンザウイルスが海外から持ち込まれると、大きな流行になるかもしれません。



今年には新型コロナウイルス以外にもRSウイルスやヒトメタニューモウイルスなどが流行しています。ワクチン接種や手洗い、マスク着用、人混みを避けるなど基本的な感染症予防を続けていきましょう。

風邪の予防

風邪は正確には風邪症候群といって上気道(鼻や喉)の急性炎症の総称です。風邪の原因は80~90%がウイルス感染です。風邪のウイルスは200種類以上あると言われ、インフルエンザウイルスや新型コロナウイルス、RSウイルスなども含まれます。

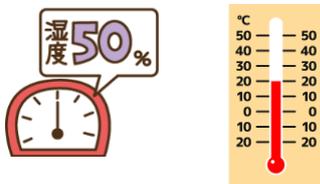
寒くて乾燥する冬は普通の風邪はもちろん、インフルエンザやノロウイルスなどによる感染症が流行します。空気が乾燥すると、空気中でウイルスが浮遊している時間が長くなり、ウイルスが増殖します。また、冷たい空気で気道が弱っている冬は、風邪のウイルスにとって好都合な時期なのです。

風邪の予防には...

- 湿度40~60%
- 室温20~25℃
- 手洗い
- マスク着用
- 十分な睡眠
- 十分な栄養補給・・・などが大切です



うがい であらい マスク



10月の健康情報

園内では新型コロナウイルスやヒトメタニューモウイルスが発生しました。発熱、鼻水、咳などの風邪症状が増えてきています。胃腸炎も流行し始める時期です。注意しましょう。

