



12月号

令和7年12月1日
ミアヘルサ保育園
ゆらりん港南
看護師 吉富・足立

早いもので今年もあと1か月となりました。なんとなく気忙しく落ち着かない時期ですが、睡眠・食事の時間を意識し体調には十分気を配りましょう。寒さや乾燥でウイルスが活発となる季節です。健康管理を心がけ、年末年始を元気に楽しく過ごしてくださいね。

感染性胃腸炎にご注意ください！

ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛、発熱などの症状が見られます。1年を通して流行する感染症ですが、気温が下がり乾燥する季節は特に注意が必要です。

下痢や嘔吐がある場合は、脱水をまめな水分補給をおこないましょう。医療機関を受診する際は、便の形状や嘔吐の回数・頻度、園の感染症流行の状況などを詳細に伝えると診断に役立つ場合があります。

一番の感染予防は手洗いとうがいです。吐物や便にはウイルスが含まれているので適切に処理をおこない家庭内での感染拡大を予防しましょう。

汚れた衣服は…

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



消毒ができたら洗濯機に入れても大丈夫です。



汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう。



年末年始の過ごし方

年末年始は楽しいイベントが盛りだくさんですが、つい夜更かしをして、生活のリズムを崩しやすい期間もあります。インフルエンザなどの感染症も流行しています。早寝早起き・手洗い・うがいをいつも以上に心掛けましょう。

12月の保健行事

【身体測定】

9日(火)→ひよこ組 10日(水)→りす組
12日(金)→うさぎ組 16日(火)→幼児

【健康診断】

18日(木)→ひよこ組・りす組
25日(木)→ひよこ組・うさぎ組

【歯科検診】

3日(水)→全園児対象
※詳細は別途でお知らせいたします。

手足口病…1名

あたまじらみ…4名

インフルエンザ…3名

溶連菌感染症…1名

感染性胃腸炎…3名

*感染性胃腸炎の他、嘔吐・下痢症状のお子様が多数見られています。引き続きご注意下さい。