

# 12月の



## ほけんだより

2021年12月1日(水)  
ゆらりん港南保育園  
看護師 新井千尋



寒さも少しずつ厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じられる頃となりました。年末年始はイベントが多く、子どもたちの疲れも溜まりやすくなります。早寝早起きをし、三食しっかりと食事を取り、元気に年末年始を迎えられるようにしましょう。

今年1年も新型コロナウイルス感染症の影響を受けながらも、保護者の皆様よりたくさんのご理解とご協力を賜りましたこと、大変感謝しております。来年も引き続きよろしくお願いたします。



### 12月の保健行事

#### 《健康診断》

16日(木) 0、1歳  
23日(木) 0、2歳

#### 《身体測定》

7日(火) 0歳      2日(木) 1歳  
3日(金) 2歳      14日(火) 3~5歳



### 11月の感染症

ウイルス性胃腸炎 2名

診断が出た子以外にも下痢・嘔吐など胃腸炎の症状がある子が多くいました。

これからの季節はまだ胃腸炎が流行する季節になりますので、手洗い・うがいをしっかりとしましょう。また、汚物の処理は正しい方法で行い、二次感染しないよう注意しましょう。

#### 知っておこう

### おう吐物の処理

冬場に流行するウイルス性胃腸炎は、ノロウイルスやロタウイルスなどによって感染します。家庭でも二次感染予防のために、おう吐物の処理にご留意ください。

- 窓を開けて使い捨ての手袋とマスクを着け、使い捨ての布などでおう吐物を周辺からふき取る。
- 次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)を薄めた消毒液で、おう吐物のあった部分を再度ふく。汚れた物はすべてポリ袋に入れ、それらは、消毒液をかけてから密封して捨てる。
- おう吐物の付いた服は、85℃以上の熱湯に1分間つけてから洗濯する。
- さらに乾燥機にかけたり、アイロンをかけたりすると、熱に弱いノロウイルスは死滅しやすい。



インフルエンザ		かぜ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
39~40℃	熱	37~38℃くらい
大流行することも	伝染	多くの人にうつらない
手足や腰に強く出る	関節痛	ほとんどない
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症など	合併症	安静を守ればひどくならない



インフルエンザは、発症し5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園はお休みします