



12月 ほけんだより

ゆらりん豊四保育園
2023年12月1日
看護師 大田 理紗

年の瀬を迎え、何かとあわただしい12月。生活リズムが崩れがちで、また感染症も流行する時期です。子どもたちにとっては、クリスマスにお正月休みと、お楽しみがいっぱいの月ですが、体調管理には十分気を配っていきましょう。

感染性胃腸炎について

- 細菌やウイルスなどの病原体が胃腸に感染して起こる病気です。急性胃腸炎の原因の多くを占めます。
- ・細菌性胃腸炎：病原性大腸菌やサルモネラ菌、カンピロバクター菌によるもの。一般的に夏場に流行します。
- ・ウイルス性胃腸炎：ノロウイルスやロタウイルスによるもの。冬から春先にかけて罹る人が増えます。
- ・症状一下痢、腹痛、発熱、その他原因細菌、ウイルスにより特徴的な症状が出ます。治療一対症療法になります。脱水症状にならないように少量ずつこまめな水分補給を心掛けましょう。



家庭で出来るノロウイルス対策

- ☑ 手洗い：適切なタイミングで正しく手を洗う。
- ☑ 食事：二枚貝などの食品は中心部まで十分火を通す。
- ☑ 嘔吐物の処理：嘔吐物処理セットを事前に準備しておき、嘔吐した際には不潔な部分には触れないよう処理する。
- ☑ 消毒：キッチン（調理器具、布巾、スポンジ）、トイレ、衣類、リネン類を適宜消毒する。
- ☑ お風呂：下痢をしている人は最後に入浴する。お風呂の水は毎日変え、お風呂用品も洗浄する。
- ☑ 調理：手や調理器具からの食品汚染を防ぐため、手洗いや手袋着用、器具の洗浄や消毒を心がける。



今月の予定

12月4日（水）13:00～
0歳児健診

12月6日（水）乳児身体測定
12月11日（月）幼児身体測定

※11月に健診を受けることができなかったお子様は今月の0歳児検診の日に行います。
・園医の先生に質問や相談がありましたら連絡帳に記入しましょう。

冬休みに向けて

夜更かしはよくありません。ゆっくり休みましょう。好きな物ばかりではなく、バランスの良い食事を。感染症や病気にかからず、元気な身体で家族みんなと過ごせる豊かな時間となりますように。

