



少しずつ寒さが厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じます。
 気温が下がり空気が乾燥すると、ウイルスの活動が活発になり、インフルエンザやノロウイルスなど、冬に多い感染症が流行するため注意が必要です。引き続き手洗いやうがい・手指消毒を丁寧に行いましょう。また、薄着の習慣をつけ、寒さに負けない元気な体作りをしていきましょう。

油断できないかぜ

かぜは年齢が低いほど、中耳炎や気管支炎、肺炎などを起こしやすくなります。気管の弱いお子さんの場合は、のどがゼーゼーしたり、長引いたりする傾向があります。早めに診察を受けましょう。

冬のかぜによくある特徴

せき・鼻水・のどの炎症・発熱

→ 呼吸器系にくるかぜ

下痢・おう吐

→ 消化器系にくるかぜ

インフルエンザの症状も、急激な発熱とせきや鼻水など、通常のかぜと大きな変化はありません。流行時は、医療機関を受診し、診断を!

かぜからくる 急性中耳炎に注意

かぜをひいた後、気をつけたいのが「急性中耳炎」。鼻水が耳管(鼻と耳をつなぐ管)を通って耳に流れ込み、炎症を起こします。子どもは耳管が短くて太いため、急性中耳炎になりやすいのです。



- 予防**
- 鼻水はこまめに取る
 - はなは強くかまない。片方ずつ、やさしくかむ

繰り返しやすい、渗出性中耳炎に移行することがあるので、きちんと治すことが大切

お願い

◎予防接種後に登園する場合は、必ず医師に確認の上、登園するようにしてください。お子様によっては、発熱したり、接種箇所がかなり腫れ、自宅で安静に過ごされる方が望ましい場合もありますので、必ず相談の上、登園をお願いします。また、予防接種を受けられた場合は、園でも経過観察を行いますので、担任までお知らせください。

◎げんきカードは、休みの日も毎日記入をお願いします。

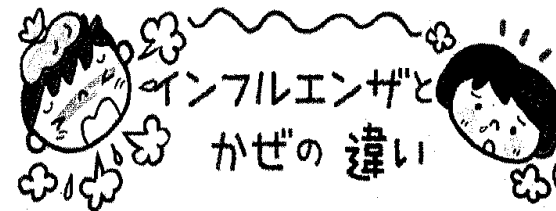
◎食事用のエプロンやタオル・スタイ等の布地に浮かんだ黒っぽい点々はカビです。カビが生えたものは衛生面を考慮して新しいものに替えてください。

扁桃肥大とは?

大きく開けた口を覗くと、上あごの奥に口蓋垂(のどちんこ)がありますが、このつけ根の両側にあるのが口蓋扁桃で、これが大きくなったものが扁桃肥大です。
 子どもの扁桃は肥大しているもので成長発達の過程で体を守るためと考えられています。いちばん大きくなるのは7歳頃で、それ以後はだんだん小さくなります。

特別な症状がなければそのまま様子を見ますが、下記の症状が気になる場合は、小児科または耳鼻科を受診してください。

- ・扁桃がすぐに腫れ、よく熱が出る
- ・入眠中のいびきがひどい
- ・入眠時無呼吸



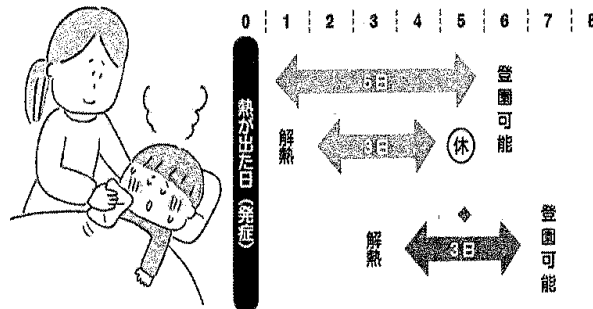
インフルエンザ		かぜ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
38~40℃	熱	37~38℃くらい
大流行することも	感染	インフルエンザと比べると感染率は低い
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症 など	合併症	安静を守ればひどくなることは少ない

インフルエンザと診断されたら

インフルエンザは、症状が重くなりやすく、体力を消耗します。回復するまでしっかり休むことが大切です。登園再開には、①と②の両方を満たしている必要があります。また、登園前に、かかりつけのお医者さんに、登園できるまで回復しているか確認をお願いします。

① 発症した後 5日経過していること

② 熱が下がってから3日経過していること (熱が下がった翌日から数えて3日)



ポイント 熱がすぐ下がった場合
 発症の翌日に熱が下がった場合、発症から5日経過するまで休みましょう。

ポイント 3日後に熱が下がった場合
 発症から5日後、たとえ熱が下がっていたとしても、解熱した翌日から数えてまだ2日目なので、もう1日お休みしましょう。

インフルエンザと診断されたら、『意見証明書及び登園届』が必要です!
 就学児童と未就学の園児とは、出席停止期間が異なりますのでご注意ください