



2024年度 ほけんだより 第4号

久宝まぶねこども園 992-2033

1月6日 発行

新しい年を迎え、健やかに過ごしのこととお慶び申し上げます。
 家族と一緒に正月を過ごし、おせち料理やお雑煮など、お正月ならではの過ごしに少しふっくらとした様子に、ゆっくりと過ごせた時間を感じます。
 本格的な寒さの中、子どもたちは北風にも負けず、元気に外遊びを楽しんでいます。うがい・手洗い、せきエチケットで、引き続き感染予防をしながら、元気に過ごしていきますよう。

様々な感染症が流行中

インフルエンザが全国的に警報レベルになっており、園内でも感染の報告が届いている状態です。新型コロナウイルスの新規感染者数も増加傾向という報道もされています。

インフルエンザ・新型コロナウイルスにかかった場合、登園独自の医師の意見・証明書及び登園届が必要で、裏面の経過観察表も保護者の方により記入をお願いします。

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。



パターン1 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。

パターン2 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。

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)

新型コロナと診断されたら……

症状が出た日(発症日)を0日として発症から5日を経過するまでお休みし、発症から10日間は人に移す可能性があるため、できる限りマスクを装着し、登園しましょう。

病院受診のタイミングは……

インフルエンザもコロナも15分ほどで結果がでますが、発症してすぐは、検査しても陽性になりづらく、発症してから、12時間後から48時間以内に病院受診し、検査を受けましょう。



インフルエンザ	原因	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



インフルエンザでは、発症後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、園をお休みします

「りんご病」がはやっています

「りんご病」というかわいらしいイメージですが、ウイルスが原因の「伝染性紅斑」という感染症です。

- 症状**
- ほほがリンゴのように赤くなり、盛り上がる
 - 腕、足、おしりに網目状の発しんが出る
 - 熱はあまり出ないが、かぜのような症状が出ることもある
 - 発しんはかゆみを伴うこともある

ケア

- 症状がよければ特別な治療は必要ない

症状が出た時点ですでに感染力はないので、登園停止の必要はありませんが、症状に応じて登園の相談をしましょう。

妊娠中の人がかかると胎児に異常が出ることもあるので、接触に注意しましょう。



熱があるときは……

温める？ それとも冷やす？

手足が冷たく、寒がるときは、まだ熱が上がっている途中。暖かくしてあげましょう。

顔がほてって手足もポカポカしていたら、熱が上がってきたサイン。暑がったら布団を薄いものに替えて、過ごしやすいようにしてあげましょう。

お風呂に注意！ りんご病

りんご病はほっぺが赤くなり、腕や足に赤い発しんが出る病気。熱はほとんど出ないので、普段と同じように生活して大丈夫です。ただ、お風呂に入って血行がよくなると、発しん部分のかゆみが増すことがあります。発しんがあるうちはお風呂を短時間で切り上げましょう。また、日光に当たってもかゆくなることもあるので、外あそびなども控えめにしましょう。