

# ほけんだより

かわまた認定こども園

令和7年1月

第10号



新年の始まりとともに、寒い季節が続きます。風邪やインフルエンザに注意し、うがい・手洗い・せきエチケットで感染予防をしましょう。また、十分な睡眠とバランスの取れた食事を心がけながら元気に過ごしましょう。

## 家庭でできる感染症予防



外出後は、うがいとせっけんでの手洗いをしましょう。



マスクをして、せきエチケットを守りましょう。



こまめな換気や十分な加湿をしましょう。



人の多いところは避けましょう。

## 感染症から子どもたちを守るために

体調が悪い時、自分でうまく表現できない子もいます。子どもの病気の発見には、「いつもと違う」という周囲の大人の気づきが重要です。機嫌の良し悪しや食欲の有無は、子どもが病気にかかっているかどうかの大きなバロメーターになります。元気がよい時の状態をしっかり把握し、変化を見逃さないことが大切です。

体をすり寄せて甘えたり、元気がなくゴロゴロとしたりしているような時は体調が悪い場合もあります。どこか悪いところはないか、子どもに優しく聞いてみましょう。

### ◆ 次のような症状がある時には登園を控えましょう

#### 《発熱》

- ・朝から 37.5℃ 以上の熱があり、元気がなく機嫌が悪い
- ・食欲がなく、水分も摂れていない
- ・24 時間以内に解熱剤の使用や 38℃ 以上の熱があった



#### 《下痢》

- ・何か口にするると下痢がある
- ・体温がいつもより高めである
- ・24 時間以内に2回以上の水様便がある
- ・機嫌や顔色が悪く元気がない



#### 《嘔吐》

- ・24 時間以内に2回以上の嘔吐がある
- ・食欲がなく水分が摂れない
- ・機嫌や顔色が悪く元気がない
- ・体温がいつもより高い
- ・腹痛や下痢もある



#### 《発疹》

- ・発熱もある
- ・食事や水分が摂れない
- ・感染症の疑いがあり、医師から登園を控えるよう言われた
- ・浸出液があり他児への感染の恐れがある
- ・かゆみが強く、手で患部をかいてしまう



#### 《咳》

- ・ゼイゼイ音やヒューヒュー音(喘鳴)がある
- ・夜、咳がひどく起きてしまう
- ・呼吸が速く、苦しそうにしている
- ・少し動いただけで咳が出る



休み中に感染症にかかった場合も意見書・登園届が必要です。登園時にお持ちください。