



# 11月ほけんだより



令和5年10月31日

鈴和福祉会

すずの丘保育園

秋も深まり朝夕は冷え込むようになりました。今年は早い時期からインフルエンザが流行していて、新型コロナウイルスもなくなることはありません。これからはノロウイルスなどの冬の感染症も出てきます。加湿と換気、手洗いをしながら体調管理に気を配っていきましょう。

## ☆インフルエンザについて☆

### インフルエンザとは…

咳やくしゃみなどによって感染し広がる病気で毎年多くの感染者が出ます。悪寒、急な発熱、関節痛に続き、下痢、嘔吐、咳、くしゃみ、喉の痛みなどの症状が見られます。放っておくと周りへの感染を広げるだけでなく、合併症の危険も伴うので、インフルエンザの症状かなと思ったら医療機関で診てもらいましょう。



**アデノウイルス**(咽頭結膜炎＝プール熱)のお子さんが増えています。

**症状**：39～40℃の高熱と、37℃前後の微熱を4～5日行き来する。普通の風邪より熱が長く続く。のどの痛み、結膜炎が伴うこともある。特效薬はないため対症療法。

**感染経路**：くしゃみや便が主

**登園の目安**：症状消失後2日経過後

**予防**：手洗い、うがいが基本



### かかってしまったら…

発症した日を0日目とし、翌日から5日間は保育園をお休みいただきます。かつ、解熱した日を0日目とし3日間はお休みです。(この2つの条件を満たすこと) 治って登園する際には、保護者が記入する「登園届」を提出して下さい。用紙は保育園にあります。(医師の記入する意見書は不要です)



## 11月8日は「いい歯の日」

### 歯の疑問

☆大人も子どもも虫歯のなりやすさは変わらな<sup>い</sup>？→×入乳歯は柔らかいので子どもの方が虫歯になりやすいです。

☆甘い物を食べなければ虫歯にならない？

→×虫歯の原因になる細菌は糖分が大好きですが、甘くない食べ物にも糖分は含まれているので寝る前の歯磨きは必ず行いましょう。



## 内科検診

11月29日(木) 9:00～

- ・髪の毛長いお子様は結んできてください。
- ・上半身は下着一枚で診察します。衣服には名前を書いてきてください。
- ・欠席すると後日各ご家庭にて受診していただきます。なるべく欠席のないようにご協力お願いします。