12月ほけんだより

令和５年11月30日
鈴和福祉会
すずの丘保育園

カレンダーも最後の１枚になり、子ども達の大好きなクリスマスがやってきます。大人は慌ただしくなりますが、子どもの生活リズムを乱すことがないよう気を付けていきましょう。

冬の風邪について

冬に流行するかぜには、発熱、鼻水、喉などが主症状の「鼻と喉のかぜ」と、嘔吐や下痢が主症状の「お腹にくるかぜ」（感染性胃腸炎など）があります。

冬場、特に注意すべきはインフルエンザです。時に重症化することがあり、急な発熱や悪寒、筋肉痛・関節痛を伴うようなら、インフルエンザの可能性があります。

インフルエンザは早く検査をしすぎると陽性にでないことがあります。発熱してから 12～48時間がベスト。熱が出た翌日に受診するのがおすすめです。

保育園での嘔吐、下痢

その際に衣類などを汚してしまった場合、二次感染を考慮し 保育園では衣類の洗濯や消毒は行わず、そのまま持ち帰って頂きます。ご家庭での消毒、処理方法をプリントにて一緒に添付しますので、参考にして下さい。お子さんの全身状態を見て必要と思われる時は、お迎えをお願いすることがあります。また感染性胃腸炎でお休みし,登園するにあたっては、嘔吐・下痢の症状が治まり『ふだんの食事がとれること』を目安にして下さい。ご理解ご協力のほどよろしくお願い致します。

～お知らせ～

歯科検診の延期について

12月に予定していた歯科検診ですが、嘱託歯科医の都合にて２月に延期となりました。
日程が決まりましたら後日お知らせいたします。

解熱剤正しく使って

発熱すると免疫力が高まるため、発熱とはウイルスや細菌が体内に侵入した際に体を守る防御反応です。たとえ高熱であっても元気があれば基本的に解熱剤は不要です（ぐったりしている時や辛そうな時は迷わず使ってください）。でも、解熱剤の効果で熱が下がるのは５～６時間程で、効果が切れたらまた上がることがほとんどです。解熱剤で熱を下げて無理をさせるとかえって病気が長引くおそれがあります。

看護師・堀江