













のほけんだより





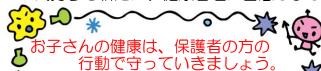








あけましておめでとうございます。年末年始のお休みはいかがでしたか? 不規則な生活習慣がついてしまった……というお子さんはいませんか? 気持ちも新たに、健康管理に留意しましょう。



●インフルエンザ

インフルエンザは登園停止疾患です。

罹患している園児は登園停止です。

ご家族が罹患している時は、登園前に連絡。 をしてください。

症状のある方の送迎は、ご遠慮ください。 症状が無くなっても、登園停止中の外出は 避けてください。

●コロナウイルス

保育園でも感染症対策を行なっています。 新しい情報が入り次第、随時、連絡を

▲ させていただきます。

感染性胃腸炎(嘔吐下痢)

原因…ウイルス性の感染によるもの。冬はノロウイルス・ロタウイ ルスが代表的。主に経口飛沫感染ですが、ノロウイルスの場 合は食品から感染することもあります。

症状…激しい嘔吐の症状。下痢。発熱もあります。

ロタウイルスの場合は、便が白っぽくなることもあります。 対応…受診し、主治医の指示に従ってください。

- ①叶いたら30分から1時間は何も飲ませないで様子をみます。
- ②嘔吐の間隔が開いて、吐き気が収まってきたら5~10ccを5分 間隔で様子を見ながら量を増やして与えます。

OS1・お味噌汁・スープなどでの塩分補給がおすすめです。

- ③胃腸を休めるために、固形物は与えない方が良いでしょう。
- ④吐き気が収まったら、消化の良いおかゆや短くカットしたうどん などの炭水化物を少しずつ与えましょう。

家庭でできる感染症予防法

家庭でできる予防法を紹介します。 ご家族みんなで実践し、ウイルスに負けない体を作りましょう。

うがいと手洗い

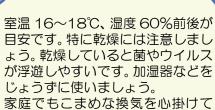
外出後は必ず、うがいとせ っけんを使った手洗いを習 慣にしましょう。 帰宅後、シャワーで髪や体

に付いた菌やウイルスを落 とすのも効果的です。

室内の温度・湿度を チェック

不要な外出は避けましょう。 外出する場合、マスクを着用しまし ょう。感染予防にもなりますが、マ スクのもっとも大きい効果は、ウイ ルスをまき散らさないことです。 着用の際は、<u>鼻と口をしっかり</u>覆う ように着用しましょう。

外出時にはマスクを







ください。

★病院では保育園に行ってもいいと言われても、お仕事がお休みの日は自宅での安静を心掛け、長引かせな いようにしましょう。体調が万全でない時は、保護者の方と一緒に過ごす事で落ち着いて過ごせます。















