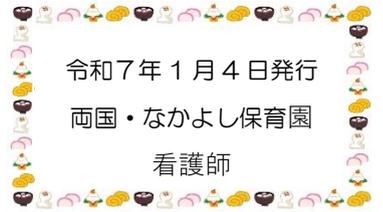




ほけんだより



令和7年1月4日発行

両国・なかよし保育園

看護師

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？

子どもたちの元気なあいさつで、新しい1年が幕をあげました。今年も感染予防をしながら元気に過ごしましょう。

1月保健行事

〇歳児健診・幼児クラス内科健診

1月16日 10:00～

もも組、すみれ組、ゆり組、ひまわり組は、登園のご協力をお願いします。

尚、12月にできていない乳児クラスのお子様も一緒に実施します。

12月感染症

- ・アデノウィルス感染症
- ・インフルエンザA



気をつけよう！ 冬の感染症

寒く乾燥する冬は、ウイルスが元気になる季節です。冬の感染症は呼吸器に症状がでる出やすいものが多いのが特徴です。さらに、冬から春先には、ロタウイルスやノロウイルスによる感染性胃腸炎も流行します。十分に注意し、冬を元気に乗り切りましょう。

RSウイルス感染症

鼻水や咳などの症状から始まり、呼吸時にヒューヒューゼーゼーといった音がする

クループ症候群

発熱やのどの痛みから始まり、犬の吠えるような甲高い咳が出る。息をする時にヒューヒューという音がする

感染性胃腸炎

ノロウイルス、ロタウイルスが代表。突然の激しい嘔吐、下痢が続き発熱もあります。便が白っぽくなる事もあります

溶連菌感染症

A群溶血性連鎖球菌という細菌が原因。高熱とどの腫れ、筋肉痛、中耳炎を起こし、その後全身に小さな湿疹がでたり、舌に赤くブツブツができる。(いちご舌)

※熱がなくても他の症状がある場合があります。気になる症状が出たら受診の方をお願いします。

低温やけどに注意しましょう

低温やけどは、使い捨てカイロなど、身近なものが原因になります。50度なら3分間押しつけているだけで、42度でも6時間触れていると、低温やけどを起こします。

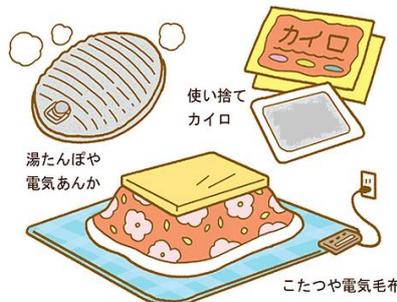
低温やけどは少しひりひりしたり赤くはれたりするだけですが、実際には皮膚の深いところに及んでいることがあります。子どもは症状をうまく言えないので、皮膚のはれが長引くときは、念のため受診しましょう。

低温やけどを防ぐには

電気毛布は寝る前ON、寝るときOFF
寝る前に電気毛布のスイッチを入れてふとんを温めておき、寝るときにはスイッチを切りましょう。

湯たんぽは体から離して

電気あんかや湯たんぽは、睡眠中に触れないよう体から少し離れたところに置きましょう。



生活のリズムが

乱れていませんか？

長期のお休みは、今まで身につけてきた生活習慣が乱れがちです。今一度、生活習慣の見直しをお願いいたします。朝は、どうしてもバタバタしがちですが、早寝早起きだけでなく、朝食を食べ、排便まで家でできるといいですね。