



12月ほけんだより



令和7年12月号
栗津温泉こども園



今年のカレンダーも最後の1枚になり、子どもたちの大好きなクリスマスがやってきます。子どもたちは寒さに負けず、元気に遊んでいます。感染症の流行時期になります。おうちでもうがい、手洗い、せきエチケットの徹底をお願いいたします。

知っておきたい 冬の感染症

インフルエンザ

突然の高い熱が出て、数日続きます。食欲がなくなり、関節や筋肉の痛みが出ることもあります。

子どもは「だるい」と言えないことが多く、「元気がない」「きげんが悪い」といった状態が続きます。通常、1週間ほどで回復します。

登園再開の目安が決まっています

インフルエンザにかかったら、登園再開には

- ・熱が出て(発症日を0日)から5日たっている
- ・熱がさがって(解熱日を0日)から3日たっている

この両方を満たしていることが必要です。

備えていますか？

予防接種

インフルエンザの予防接種は、多くの自治体で10月から始まっています。幼児は2回接種が必要になります。



人込みを避ける

インフルエンザなどは、ひとのくしゃみやせきのしぶきを吸い込むことで感染します。人の多いところでは、感染のリスクが高くなります。



ノロウイルス感染症 (ウイルス性胃腸炎)

「流行性嘔吐下痢症」と呼ばれるとおり、激しい嘔吐と下痢が起こります。ほとんどの場合、1～3日で回復しますが、脱水症を起こすことがあるため、油断は禁物です。

備えていますか？

塩素系消毒薬

ノロウイルスは感染力が強く、嘔吐物で汚れた衣類などの消毒には塩素系消毒薬が必要です。急な発症に備えて、念のため塩素系消毒薬を用意しておく安心です。



手をよく洗う

ウイルスのついた手で口や鼻、目などに触れるとそこからウイルスが体内に入り込みます。外から帰った時、食事の前など、こまめに手を洗いましょう。



マスクをつける

マスクは、せきやくしゃみのしぶきが広がるのを防ぐほか、無意識のうちに口や鼻を触るのを防ぐ効果があります。



【お知らせ】

★体調不良で欠席する場合は、電話で、症状等について詳しくご連絡ください。

★園で嘔吐し、衣服が汚れてしまった場合、二次感染を防ぐため、水洗いはせずにそのまま袋に入れて持ち帰ります。ご理解の程よろしくお願い致します。