

2024 (R6) 年度

12月の保健だより



たかさご保育園

先月は寒暖差の大きい日が多く、体調管理も大変だったと思いますが、いよいよ本格的な寒さの到来です。早いもので今年もあと一ヶ月となりました。これからクリスマスにお正月など、子ども達にとって楽しい行事が盛りだくさんですね。この時期は生活のリズムも乱れがちとなりますので、規則正しい睡眠や食事を意識して、感染症に負けないようにしましょう。

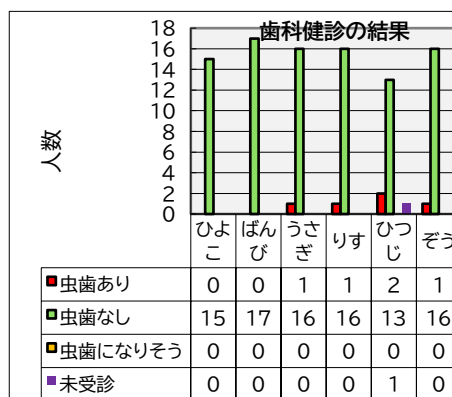
～保健行事～

0才児健診 12月10日(火) 14:30～ (嘱託医 吉崎医師)
視力測定 12月10日(火) 4才児クラス

～歯科結果～

歯科健診(後期)終了いたしました。

- 虫歯があったお子さんは早めに歯科受診をしましょう。
- 虫歯になりそうなお子さんには、寝る前の仕上げみがきを引き続きお願いいたします。また、歯の清掃や歯みがき指導なども歯科でご相談いただくことをお勧めします。



一伝染性紅斑(りんご病)一 ※都内では6年ぶりに警報基準に達する

どんな症状?

原因ウイルスに感染すると、両方のほっぺに赤い発しんが出ます。この様子から「りんご病」と呼ばれます。ほおがはれる前は、何も症状がないか、熱やだるさなどの軽い風邪の症状が出ます。胸や太ももや腕に網目状の発疹が出て診断されます。



●大人のほうが重くなる

子どもには軽い病気ですが、大人がかかると頭痛や強い関節痛を起こしたり、重い合併症を起こしたりすることがあります。また、妊娠中にりんご病に感染すると、おなかの赤ちゃんに影響が及ぶことがあります。

●普段から手洗いをしましょう

りんご病は、ほおがはれる前の時期に感染力があり、ほおがはれて、りんご病だとわかるころにはもう人にうつすことはありません。そのため予防が難しいので、日ごろからこまめに手を洗って、家の中にウイルスを持ち込まないことが大切です。

※アルコール消毒は効果がありません



冬の感染症

- ① **ノロウイルス**・・・ノロウイルスは牡蠣やしじみ、あさり、ホタテなどの二枚貝の消化管に潜んでいて、食べた人の腸内で増えます。微量の菌でも感染し、1～2日の潜伏期間をおいて、悪寒や発熱、下痢、嘔吐、腹痛などの症状が出ます。近年は食物による経口感染によっておこる食中毒以外にも、ドアノブやトイレからの接触感染や、感染者の吐物排泄物処理時に直接的な接触・飛沫感染など、人から人への感染例も多いです。多くは3-5日で回復しますが、下痢や嘔吐による脱水には注意が必要です。

汚れた衣服は…



年末年始の急病は？

年末年始はほとんどの病院が休診となります。お子さまの急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院の他、近くの救急病院の診療時間と休診日を確認しておきましょう。また、帰省先の救急病院の情報も把握しておくことが大切です。