

昼間は暖かくても、朝夕は冷え込む季節になってきました。子どもたちは外気温の影響を受けやすいため、脱ぎ着しやすい上着での調節をしていきましょう。

川崎市によると、手足口病が再度増加しています。手洗い等で予防していきましょう。

III 知っておきたい 冬の感染症 III

インフルエンザ

突然高い熱が出て、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。

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。

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月から始まります。小さな子どもは2回接種が必要です。流行シーズン前に十分に免疫を上げておくためには、遅くとも11月上旬に1回目の接種を終わらせておきましょう。



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、激しいおう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り、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、おう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ことで安心です。



人込みを避ける

インフルエンザなどは、人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。



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。外から帰ったとき、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。



11月の予定

- 28日（木）園医健診（0、1歳）
- 月初めに身体測定を行います。



先月の健康教育

～さくら組：手洗い すみれ組：ガラガラうがい～

手洗い指導では、ばい菌スタンプに子ども達は大喜び！ちょっと恐かったけど、ばい菌スタンプが消えるまで丁寧に手を洗っていました。

すみれ組は初めてのガラガラうがいでした。上を向いて水を口にためることが少し難しいようでした。ご家庭でも練習をお願いします。