

ほけんだより

今月の保健行事
12/18(水) 身体計測

流行中の感染症

1歳児で手足口病の子が流行中です。今年6月に保育園で流行しましたが、今回は口の中に発疹、口内炎ができて痛みのため、食事を取りづらい症状が多く見られます。

発熱がなくても、痛みがあるときは、受診しましょう。内服で症状緩和できます。

南区の学校などでインフルエンザも出始めています。毎年12月から2月ごろまで流行します。感染予防に努めましょう。

3歳児午睡終了について

2025.1月から3歳児は午睡をしません。成長に伴い、活動量を増やし体力をつけていくためです。

午睡がなくなり、生活リズムが狂い、降園してからすぐ寝てしまうことがあるかもしれません。食事、入浴など、準備よくして、早く長く就寝させるよう心がけましょう。



12月号



冬のかぜについて

冬に流行するかせには、発熱、鼻水、喉などが主症状の“鼻と喉のかぜ”と、嘔吐や下痢が主症状の“お腹にくるかせ”(感染性胃腸炎など)があります。

冬場、特に注意すべきはインフルエンザです。時に重症化することがあり、急な発熱や悪寒、筋肉痛・関節痛を伴うようなら、インフルエンザの可能性があるので早めに医師にかかりましょう。



自宅では、部屋を保温・加湿し、脱水症状が出ないよう、水分補給には十分注意しましょう。

インフルエンザになったら。

- 受診してインフルエンザと診断されたら医師の指示通りの期間自宅で療養してください。
 - 保育園に連絡をお願いいたします。
 - 登園の際は受診した病院で意見書をもって登園してください。
 - 園児本人に症状はないが、送迎の御家族がインフルエンザに罹患しているときはご連絡ください。
- 正門前で送迎の受け入れをさせていただきます。

