



# ほけんだより



かのん保育園 H30. 2月号

横浜市にもインフルエンザの流行警報が発令され、かのん保育園でも幼児クラスを中心にインフルエンザB型が流行しました。保護者のみなさまには登園停止期間のお休みや発熱時のお迎えなどご協力頂きありがとうございました。まだまだ気温の変動などで体調を崩しやすい時期が続きますので子ども達の体調の変化に気を付けて保育を行っていきたいと思います。

## インフルエンザ予防策～横浜市保健所HPより～



### ○ かからないようにしましょう

- ・帰宅したら流水と石けんで **20秒以上かけて丁寧な手洗い**をしましょう。
- ・洗い残しが多い**指の間、手のしわ、爪、手首**も洗うようにしましょう。
- ・**栄養と休養を充分にとり**、体の抵抗力を高めましょう。

### ○ うつさないようにしましょう

- ・咳やくしゃみができるときは、**マスクを**しましょう。
- ・インフルエンザにかかってしまったら、**学校や仕事は休み**ましょう。

(一般には発症後3～7日間は鼻やのどからウイルスを排出すると言われています。)

(学校保健安全法では発症した後5日を経過しかつ解熱後2日(幼児は3日)を経過するまでを出席停止期間としています。)

### ○ 悪化させないようにしましょう

- ・かかったかなと思ったら、**必ずマスクを着用して早めに医療機関を受診**しましょう。
- ・**呼びかけに答えない、呼吸がはやく息苦しい、胸の痛みが続く、症状が長引き悪化する場合は重症化のサイン**です。**すぐに受診**しましょう。

## 低温やけどに注意！！

寒くなると増える、低温やけど。低温やけどは、温かくて気持ちいいと感じる温度(40～50℃)で、長時間、体の同じ部分に触れている状態であることで起こります。低い温度でゆっくり進行するため、熱さや痛みを感じにくく、気づいたときには、皮膚の奥深くまでやけどしている場合があります。低温やけどの原因は暖房器具やグッズが多いですが、特に注意が必要なのは、カイロと湯たんぽです。体に貼り付けるタイプのカイロと湯たんぽを使う場合は、直接肌に触れないように利用することが大切です。低温やけどは小さく見えても、皮膚の深いところまで傷ついていることもあります。早めに皮膚科を受診するようにしましょう。



### ●こどもに教えよう！咳エチケット●

咳やくしゃみをする時は、病気が広がらないよう周囲への気配りが必要です。咳をする時は手をあてたり、人に向かって咳をしないなどして感染を防ぎましょう。こどもの習慣となるよう保育園でも伝えていますのでご家庭でもお声かけをお願いします。



### ひかり利用状況 (H29.12.21～H30.1.20)

利用人数 34人

(きらら：17人 きらら以外：17人)

0歳児：10人 1歳児：18人

2歳児：3人 3歳児：1人

4歳児：0人 5歳児：2人 6歳児：0人

病名・症状(重複あり)

急性上気道炎：23人 気管支炎：2人

急性胃腸炎：5人 感染性胃腸炎：2人

急性腸炎：2人 中耳炎：2人 術後管理：1人

