



# ほけんだより 12月号



令和3年11月30日  
認定こども園どんぐり  
看護師 大久保  
古川

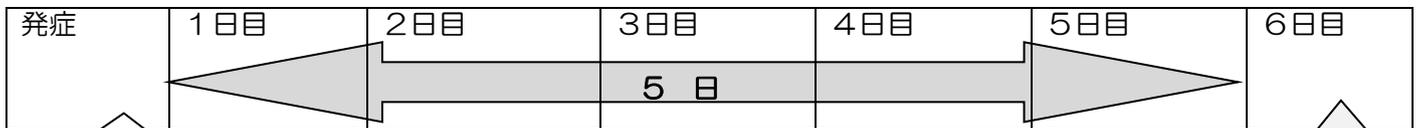
今年も残り1ヵ月となりました。クリスマスやお正月などお楽しみがいっぱいですね☆

先月は風邪でお薬を持参されたお子様がとても多くいました。どんぐりでは、原則として投薬を行うことは出来ません(事故防止のため)。やむを得ず園での投薬が必要となる場合のみ投薬させて頂いています。病院受診の際は、薬の種類によって、投薬を1日2回(朝・夕)にできる場合もありますので、医師にご相談をお願い致します。暖房を使用することでお部屋が乾燥し、風邪を引きやすくなります。換気や加湿(暖房使用時、洗濯物を室内に干すだけでも効果はあります)を意識して行う事で風邪予防が出来ると良いですね。

## インフルエンザになってしまったら…

出席停止期間は発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後3日を経過するまでです。

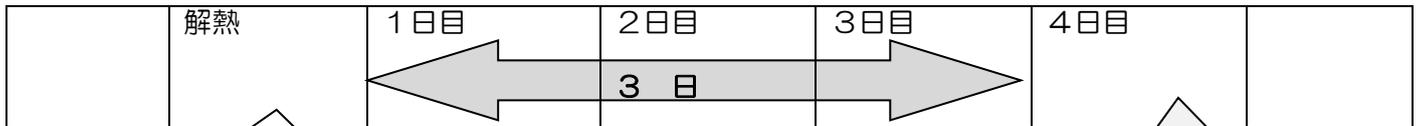
①



発熱の症状が現れた日は0日

登園可能

②



解熱した日は、0日

登園可能

※厚生労働省の「保育所における感染症対策ガイドライン」に基づき、上記の①、②の両方が揃わないと、登園することができません。ご理解とご協力をお願いします。

## ⊕ 家庭でできる予防とケア



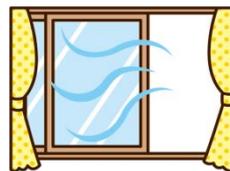
石けんで手洗い  
うがい



咳エチケットと  
外出先でのマスク



十分な加湿  
湿度60%が  
目安!



適度に換気し空気  
の入れ替え  
※換気は短めに。低  
温低湿はウイルス  
が好む環境になり  
逆効果です。



発熱時は、動脈の通る、首の付け根  
や脇の下や足の付け根を冷やしま  
す。寒気がある時は保温して、熱が  
上がりきってから冷やします。

## ～手足口病にご注意を!!!～

九州・関西などの西日本で、夏風邪の代表の手足口病が季節外れに増えています。

流行時期がずれているのは、新型コロナウイルスの感染対策が影響している可能性もあるそうです。

手足の発疹や水疱、口内炎が主な症状です。発熱もなく元気の良いことが多いですが、口内炎で水分・食事が十分に取れなくなることもあります。北海道でも今後注意が必要です。手足口病はエンテロウイルスが原因となり、くしゃみなどの飛沫を吸い込んだり、ウイルスがついたおもちゃなどを触ったりすることで感染します。また便を介して感染する事があり、排せつ物の適切な処理、処理後の石鹸での手洗いは重要です。アルコールでは予防できないので、こまめに手洗いをしっかりとすることが大切です。マスクも感染予防には有効です。登園の基準は「食事ができて元気がよいこと」となっていますので、口内炎の痛みで食事摂取が難しい際はお休みして下さい。また、発疹が出て来た際は必ず通院し、医師の診断を受けて頂きますよう宜しくお願い致します(園で発症した際はお迎えのお電話をさせて頂き、通院をお願いします)。

