



ほけんだより



令和7年1月1日 こぼうしこども

新年あけましておめでとうございます。年末年始のお休みはいかがお過ごしでしたでしょうか。今年も子どもたちが安心安全、そして健康に過ごせるよう、努めていきたいと思ひます。

1月はインフルエンザや風邪など感染症が流行る季節です。免疫力を高めるためには、食事や睡眠などに配慮して規則正しい生活をする事が大切です。

ご家庭でも健康管理に注意していただき、お子様の体調が悪いときは無理をせず休養してください。

感染症対策と予防接種についてのおねがい

これからの季節、感染症が流行しやすい時期となっております。こども園では、厚生労働省から出ている『保育所における感染症対策ガイドライン』に基づき、発熱があった場合、解熱後24時間はご自宅で安静にしていただき、咳や鼻水、目ヤニ、下痢嘔吐等の風邪症状が治まるからの登園をお願いしております。保護者の皆様にはお仕事を抱える中でお子様の発熱等で急なお休みになる方もいらっしゃると思ひますが、こども園も多数のお子様の命をお預かりしておりますので、どうか、ご理解・ご協力いただければと思ひます。

また、インフルエンザや他の予防接種についてですが、弱いとはいえ菌を体内に入れます。予防接種後は安静に過ごしていただきたいため、お休みの日や、お迎え後の接種をお願いしておりました。お仕事とお子さんの体調をみながら接種スケジュールを考えるのは大変だと思ひますが、どうかご理解いただければと思ひます。

冬に流行しやすい感染症について



〇ロタウイルス感染性胃腸炎

ロタウイルスに感染することで起こる急性の胃腸炎。2歳以下の乳幼児がかかりやすいので注意が必要です。ロタウイルスは感染力が強く、脱水症状がひどくなると点滴治療が必要になることもあります。なお、5歳までの急性胃腸炎の入院患者のうち、半数近くはロタウイルスが原因というデータもあります。

症状：水のような下痢、吐き気、嘔吐（おうと）、発熱、腹痛など。

感染経路：主にウイルスを口から吸い込む「経口感染」による。患者の便に大量に含まれているウイルスが乾燥し、空気中に舞い上がって拡散すると言われています。

潜伏期間：1～3日。発症する数日前からウイルスを排出します。

〇インフルエンザ

インフルエンザかも？と思ったら……

急に高い熱が出て、ぐったりして元気がないときは、普通の風邪ではなくインフルエンザの可能性があります。インフルエンザは感染力が高く、流行しやすいため、登園できない期間や登園再開の日数が決められています。



発症日の次の日から数えて5日、解熱して次の日から数えて3日の両方を満たさないと登園はできません。

※解熱日が発症より3日目の場合、登園できる日は1日ずれた7日目となります。

インフルエンザ治療薬として知られる「タミフル」は、ウイルスが増えるのを防ぎますが、ウイルスをやっつけることはできません。また、タミフルの主な副作用として、精神症状の変化や異常行動があげられます。服用中はお家でしっかり療養していただき、5日間飲み切ってからの登園をお願いいたします。また例年は、のどの痛みと高熱などが、一緒に出る場合が多いですが、今年は鼻水やのどの違和感などの症状が出たあとに関節の痛みや寒気・高熱が出るなどのタイムラグがあるのが特徴だそうです。風邪症状がある場合は、登園を控え受診していただき、医師の診断を受けてください。

就学前MR(麻疹・風疹)ワクチンの2回目の定期接種について



MRワクチンは、肺炎などの重篤な疾病を起こす、麻疹や風疹を予防できます。

1歳と小学校に上がる前の合計2回の接種を行います。

特に麻疹は、感染経路が空気感染・飛沫感染・接触感染で、感染力が非常に強いとい

われていますので 小学校へ入学する前に必ず接種しましょう。

