１月ほけんだより

平成27年１月　あおぞら保育園

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。

年末年始のお休みはいかがでしたか？
ご家族でゆっくり楽しい時間を過ごされたのではないでしょうか。

１２月は、感染性胃腸炎が流行し、体調を崩しているお子様が多い月となりました。インフルエンザが本格的に流行するのもこれから。特に子どもは、生活リズムの乱れが体調の急変につながるので注意が必要です。

睡眠・栄養・運動を心がけ、健康な１年にしましょう。

０歳児検診のお知らせ

１月１３日（火）
１４：３０～

アルコール手指消毒を お願いします！！

インフルエンザの予防対策の一環として園内に入るときは、アルコール手指消毒をお願いします。お手数ですが皆様のご協力をお願いします。」

１２月の感染症

溶連菌感染症・・・・・１５名
インフルエンザＡ・・・１名
マイコプラズマ肺炎・・・２名
肺炎・・・・・・・・・・１名
嘔吐下痢症（感染性胃腸炎）・・２８名
RS ウイルス・・・・・６名
EB ウイルス・・・・・１名

★感染症が流行っています。体調がいつもと違う時は、職員または看護師にお知らせください。
★ご家族の中でインフルエンザに罹患されましたら保育園にお知らせください。

暖かく着るコツ

寒さが厳しくなってきましたが、もこもこ厚着では活発に動けません。上手に衣服を着るコツを押さえれば、薄着でも平気！　寒さに負けず元気にあそべますね。

薄着であったかのコツ

肌着を着る
（綿 100%がお勧め）

重ね着する
（薄手の長そでシャツなど）

襟やそで口が締まった服を選ぶ

ズボンの中にシャツを入れて体温を逃がさない

外に出るときはベストやジャンパーなどで調節する

かぜからくる 急性中耳炎に注意

かぜをひいた後、気をつけたいのが「急性中耳炎」。鼻水が耳管（鼻と耳をつなぐ管）を通って耳に流れ込み、炎症を起こします。子どもは耳管が短くて太いため、急性中耳炎になりやすいのです。

症状
- 高熱
- 激しい耳の痛み
- 一時的な難聴、閉そく感

予防
- 鼻水はこまめにとる
- はなは強くかまない。片方ずつ、やさしくかむ

繰り返しやすく、滲出性中耳炎に移行しやすいので、きちんと治すことが大切

◇インフルエンザの登園停止期間の基準◇

《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》

条件１　　条件２

＊条件１と条件２の**両方をクリアしていかなければなりません。**
＊**発症（発熱）した日**
＊**解熱した日**
　日数に含まず、翌日を第１日目と数えます。

例１）火曜日に発熱（発症）し、木曜日に解熱した場合→翌週の月曜日から登園可能

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	月曜日
体の様子	発熱（発症）	熱あり	解熱	熱なし	熱なし	熱なし	
条件１		１日目	２日目	３日目	４日目	５日目	
条件２				１日目	２日目	３日目	
登園の状況		登園停止	登園停止	登園停止	登園停止	登園停止	登園 OK