

朝晩は寒く感じる事も多くなり冬の足音の近づきを感じます。本格的な冬が来る前に、生活リズムや服装、食生活を見直し、寒さに負けない体作りに努めていきましょう。

インフルエンザについて

インフルエンザとは・・・

咳やくしゃみなどによって感染し広がる病気で、毎年多くの感染者が出ます。悪寒、急な発熱、関節痛に続き、下痢、嘔吐、咳、くしゃみ、喉の痛みなどの症状が見られます。放っておくと周りへの感染を広げるだけでなく、合併症の危険も伴うので、インフルエンザの症状かなと思ったら医療機関で診てもらいましょう。

かかってしまったら・・・

登園基準は学校保健安全法に基づきます。

インフルエンザ出席停止期間
「発症した後5日を経過し、かつ解熱3日を経過するまで」としています

発症した日を0日目とし、翌日から5日間は保育園をお休み頂きます

また**解熱した日を0日とし3日間はお休み**です。

治って登園する際には、保護者が記入する「登園届」を提出して下さい。届け出用紙は保育園にあります。(医師が記入する意見書は不要です)

インフルエンザ対策

- ・食事前、帰宅時に手洗い・うがいをする。
- ・バランスのよい食事、睡眠をしっかりとする。
- ・肌着をきちんと着けて、気温に合わせた衣服の調節をする。
- ・部屋の換気をし、人ごみをなるべく避ける。
- ・適度に運動をする。



予防接種を受けよう！

感染力の強いインフルエンザにかかりにくくなり、発病しても重症化するのを防ぎます。接種を受けてから抗体ができるまでに約2週間かかるので、12月の流行期に入る前に済ませると良いでしょう。アレルギーのあるお子さんは医師と接種の相談をしましょう。

