



# ほけんだより



11月号



平成30年10月31日発行  
軽野保育園

## インフルエンザ対策

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。

### 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。



### 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日目とし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)



## インフルエンザ予防



- ・食事前、帰宅時の手洗い・うがいを徹底する。
- ・バランスのよい食事、睡眠をしっかりとる。
- ・肌着をつけて、気温に合わせた衣服の調節をする。
- ・部屋の換気を適宜し、人ごみをなるべく避ける。
- ・適度に運動をし、体力をつける。



## あしがき



みなさん「わらいふくろう」という鳥の名前を聞いたことはありますか？この鳥は、鳴き声が笑っているように聞こえるようで、その声があまりにも大きすぎて天敵に居場所が分かってしまった事が大きな要因となり、絶滅してしまったそうです。

この鳥の事が書かれていた本では、この「わらいふくろう」のことを 残念な生き物・おバカな生き物として紹介していましたが、私は「そんなことないのになあ」と思いました。

笑いすぎて絶滅・・・だなんて、ちょっとカッコいい。笑って死ねるなんて、ちょっと素敵だなあと。

さあ今日も笑顔の多い一日になりますように

看護師 野崎 幸子



## ～ 歯科検診のお知らせ ～

11月7日(水) 9:00～

当日 欠席すると、後日嘱託医へ個人で受診していただくこととなりますので、なるべく欠席のないようご協力をお願いします。

当日は、朝食後に歯磨きをよくしてから登園するようにしましょう。歯科医への質問、相談等がありましたら担任へお知らせ下さい。