



ほけんだより

12月号



令和2年11月30日発行

軽野保育園

早いもので今年もあと1ヵ月となりました。何かとあわただしい12月。生活リズムが崩れがちで、また感染症もはやる時期です。子どもたちにとってはクリスマス等のお楽しみがいっぱいの月ですが、体調管理には十分気を配り元気に年末年始を迎えられるようにしましょう。

冬場に多いおう吐・下痢

この時期、気をつけたいのがノロウイルス、ロタウイルスなどの「ウイルス性胃腸炎」。

感染すると、突然吐き出したり、激しい下痢を1日に何度も繰り返したりします。特に乳幼児がかかりやすく、脱水症状からひきつけを起こすなど重症化する恐れがあります。

激しくぐずる、1日中ぐったり寝ている、唇や口の中が乾いている、おしっこの量が減っている等、脱水症状が見られたら早めに病院にかかりましょう。

保育園でおう吐や下痢があったら…

衣類などを汚してしまった場合、二次感染予防を考慮し 保育園では衣類の洗濯や消毒は行わず、そのまま持ち帰って頂きます。ご家庭での消毒、処理方法をプリントにて一緒に添付しますので、参考にしてください。

お子さんの全身状態を見て必要と思われる時は、お迎えをお願いすることがあります。

また感染性胃腸炎でお休みし、登園するにあたっては、嘔吐・下痢の症状が治まり『ふだんの食事がとれること』を目安にして下さい。

ご理解ご協力のほどよろしく
お願い致します。

インフルエンザについて

今年度は新型コロナウイルス感染症対策の影響で、インフルエンザの流行が小規模になることが予想されています。

ただしインフルエンザは、罹患すると髄膜炎を引き起こしたりと重症化することがあります。急な発熱や悪寒、筋肉痛、関節痛を伴うようなら、インフルエンザの可能性があるので早めに受診をしましょう。



ただし、インフルエンザの検査を早くにしすぎると、陽性にでないことがあります
発熱してから12~48時間がベストです



気づけば師走。大掃除を意識する時期ですね。毎年のように「あまり寒くならないうちに、少しずつやろう」と考えはするものの、実際はなかなかすすまないのが現状です。

掃除とは、たんに無駄なものを捨て部屋をきれいにするだけでなく、心にたまった塵や垢(欲望・執着・見栄・嫉妬など)を落とし磨く作業でもあると言われています。

こう聞くと、掃除も俄然やる気ができませんか？

今週末は 窓掃除をします！！
(これは自分を追い込むための
先取り やります宣言です)

看護師 野崎 幸子

