

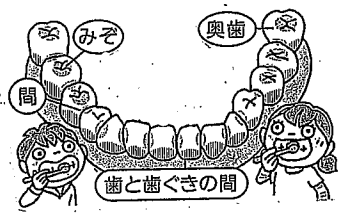
ほけんだより

2018年11月
友田 保育園

11月に入ると朝夕の寒暖の差が大きくなり、風邪をひきやすくなります。
気温に合わせて衣服の枚数を調整して、寒さに負けず外で遊び抵抗力をつけましょう。

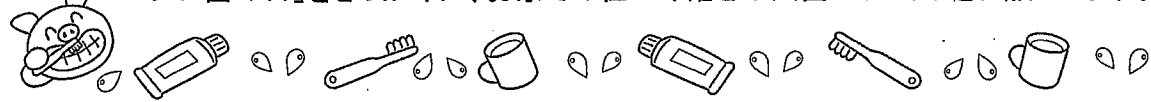
10月の保健

乳児クラスでは、熱や咳などの風邪症状の他に、突発性発疹、溶連菌感染症、RSウイルス感染症
中耳炎、気管支炎、肺炎の発病がありました。
幼児クラスでは、熱、咳、中耳炎、下痢でお休みのお子さんが数名でした。



11月8日は、「いい歯の日」です

- ・春の歯科検診から、5ヶ月が過ぎました。
検診で虫歯の治療が必要と言われたお子さんは、治療を受けられましたでしょうか。
- ・虫歯は、早めに見つけて、しっかり治療を受けることが大切です。
そのままにしておくと、進行して痛みが出たり、治療が大変になったりします。
- ・「いい歯の日」をきっかけに、お家での仕上げ磨きや虫歯のチェックをお願いします。



冬に多い病気

冬になり空気が乾燥するようになると、様々な感染症が流行します。

ロタウイルス感染症

- ・1日5～10数回の水様性下痢、黄色がやや薄い色の便
- ・微熱と嘔吐

RSウイルス感染症

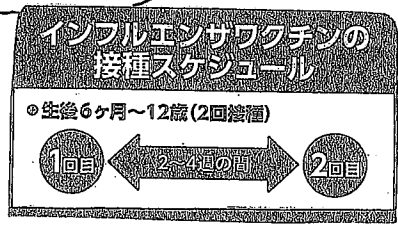
- ・38℃以上の熱
- ・鼻水、咳などの軽い風邪症状ではじまり、症状が悪化すると細気管支炎や肺炎などをおこす。
- ・呼吸が苦しそう、ゼイゼイ、ヒューヒューしたら要注意！！

インフルエンザ

- ・急な寒気やだるさ
- ・3～7日高熱が続く
- ・予防接種で感染や重症化を防ぐ
- ・インフルエンザウイルスは、感染力が強く、気管支炎や肺炎を併発する。



インフルエンザの流行期です



いつごろ注射を打てばいいの？

- ・できれば11月中旬に
- ・流行は12月から3月です
- ・注射の効果は、打って2週間位してからです

(日常生活での予防法)

- ・栄養と休養を十分に取る
- ・人込みを避ける
- ・適度な温度・湿度を保つ (50～60%の湿度)
- ・手洗いうがいの励行



※インフルエンザの予防接種を受けたときには、担任にお知らせください。

