

ほけんだより

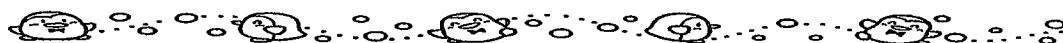
2017年 2月
友田 保育園

今年の冬は、特に寒い日が続いていますが、2月4日には立春を迎えます。
日本中でインフルエンザが流行しているようです。
体調に気をつけながら、寒さに負けず元気に遊び、丈夫なからだをつくりましょう。



1月の保健

- ・インフルエンザの発症が11名ありました。(A型 6名、B型 5名)
ぞう組3名、きりん組5名、うさぎ組1名、ひよこ1組1名、ひよこ0組1名
- ・水ぼうそう(水痘)、おたふくかぜ(流行性耳下腺炎)、結膜炎の発症がありました。

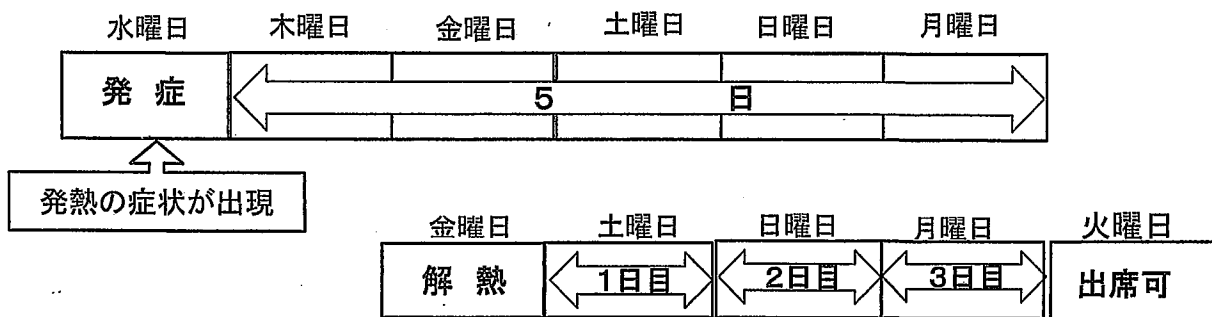


インフルエンザは早期診断、早期治療

- ①症状がみられたらインフルエンザの検査を受け、処方された薬を指示どおりに服用しましょう。
- ②1日で解熱することもあります。ウイルスはまだ体内にあり、感染力をもっています。
- ③水分を十分にとるように心がけましょう。
- ④食事は、消化の良いもの(おかゆ、雑炊、うどんなど)から徐々に与えましょう。

インフルエンザ発症後のお休み

発症後5日を経過し、かつ、解熱した後3日を経過するまで、お休みしていただくことになります。
登園時には、「治癒証明書」を医師に記入していただき、提出して下さい。



目やに、目の充血に注意しましょう

目やにや目の充血がみられたら...

- ・手でこすると目に傷がついたり、細菌やウイルスが入ったりしてしまいます。
- ・手は流水と石けんでよく洗い、顔は濡れタオルやウエットティッシュできれいに拭きましょう。
- ・受診して、病状にあった目薬を処方してもらい、悪化させないようにしっかり点眼治療しましょう。



冬の肌にやさしいお風呂の入り方



ゴシゴシこすらない



刺激の少ない石けんで



石けんをよく流す



ぬるめのお風呂で全身をあたためる