

保健だより

2020年12月

社会福祉法人 清和会 認定こども園みなみ保育園

園庭の木々の葉も散り、一段と寒さを感じる季節となりました。1年も最後の月になり、何かと忙しい毎日かと思えます。年末年始に向けていろいろな行事も多くなりますが、コロナ対策をしながら楽しみましょう。十分な休息と栄養を心がけ、この寒い時期を元気に乗りきりましょう。

新型コロナウイルス および

インフルエンザの感染予防

★空気が乾燥し、ウイルスも活発に活動しやすい時期です。新型コロナウイルスだけでなく、この時期からはインフルエンザを始め感染症が流行しやすくなります。今年は新型コロナウイルスとインフルエンザの流行が重なる可能性があります。

★園では子どもたちの健康管理には十分気を付けて、引き続き下記の通り実施します。

*検温・・・非接触体温計使用

*手洗い、アルコール消毒

*マスク・・・2歳児以上

*園内消毒・・・テーブル、椅子、遊具など手に触れるもの

*換気・・・十分な空気の入れ替え

*加湿・・・加湿器の使用



緊急・重症の場合は迷わず・・・「119」へ

休日・夜間に診てくれる医療機関を知りたい時は・・・

茨城県医療情報コントロールセンター「029-241-4199」

※発熱した場合は必ずかかりつけ医に相談しましょう。

冬のスキンケア



- ・湿度が50%以下になると皮膚の乾燥が始まります。子どもの肌はバリア機能が未熟です。肌が乾燥している時はお風呂あがりなどに、ワセリンやクリームで保湿しましょう。
- ・毎日入浴で体をきれいにするのは大切ですが、洗浄力の強い石鹸やボディソープで洗うと肌を乾燥させます。刺激の弱い石鹸をよく泡立ててから使いましょう。
- ・衣類の合成繊維は静電気を起こしやすいため、皮膚を刺激しかゆみのもとになりやすいので、綿素材がお勧めです。

快適な室温 20℃～23℃

湿度 40%～60%

上手に加湿器を使いましょう

気をつけよう感染症



〈RSウイルス感染症〉

原因 → RSウイルスの感染によって起こる集団流行しやすい感染症で、飛沫感染及び接触感染です。

特に1歳未満の乳児がかかりやすく、気管支炎や肺炎を起こします。

症状 → 鼻水や咳などの症状で始まり、呼吸時にヒューヒュー、ゼーゼーといった音が出ます。重症化すると危険な状態になることもあります。

対応 → 早めに受診し、こじらせないようにすることが一番です。

〈溶連菌感染症〉

原因 → 溶血性連鎖球菌という細菌が原因で、飛沫感染及び接触感染です。

症状 → 高熱が出ることもあり、のどの腫れ、嘔吐、頭痛などの症状があります。全身に小さな発疹が出たり、舌にイチゴのようなブツブツができたりします。

対応 → 抗生物質で治療します。症状が治まったからといって独断で薬をやめたりせず、医師の指示に従って薬を服用してください。