ほけんだより

2019年2月
ふじみ保育園
保健室

２月３日は「節分」「鬼は外！福は内！」と豆まきをするのは、春（新年）を前に、悪いものを追い払う行事に由来します。そんな寒さの中、土の中では草花が芽を出す準備を始める季節です。子どもたちは寒さに負けずに元気に登園し、園庭やグランドで思いっきり走りまわったり、遊んだりしています。

春まであと一歩、体調をくずさないように親子ともども、しっかり食事をとり、ゆっくり休養するように気をつけていきましょう。

２の目標

寒さに負けない体力づくり

かぜ予防につとめよう

２月の予定

園医健診　　１３日（水）　たんぽぽ・たけのこ
　　２７日（水）　たんぽぽ・くるみ

１月は、お正月休み明けてからたんぽぽクラスで１名インフルエンザＡの感染の報告がありました。学校保健安全法施行規則の一部改正により、平成２４年４月１日から出席停止期間が「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」と登園基準きびしくなっています。熱が下がっても感染力が強いからです。抗ウイルス薬投与（タミフル・リレンザなど）により、たとえ症状が早く回復してもウイルスの排出は３～７日程度続いています。解熱しても咳やくしゃみなどの症状が続く場合は、他人に移さないように咳エチケット（マスクをする）を心がけましょう。

また、胃腸炎症状のお子さんも多くいました。胃腸炎症状（下痢や嘔吐）が治まっても胃に負担にならない食事をして、胃を休めてあげましょう。

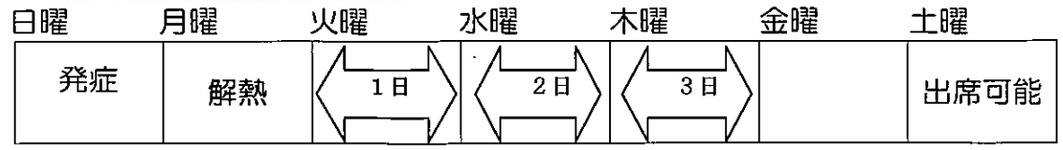
まだまだこれからインフルエンザも胃腸炎も本格的に流行してくると思います。手洗い、うがいをご家庭でもしっかり行い予防して行きましょう。又、登園・帰園の際は玄関前にあるアルコールの手指消毒のご協力お願いします

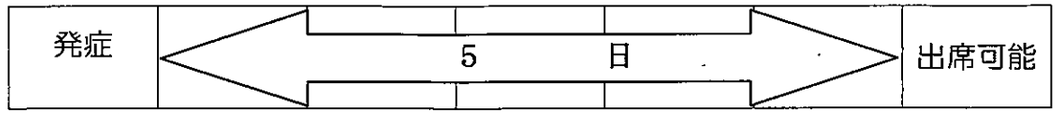
★インフルエンザが良くなり登園する際には登園許可書が必要です。インフルエンザの登園基準を載せておきますので、参考にしてください。

≪インフルエンザ≫の出席停止の期間基準について

★発病した後５日を経過し、かつ解熱した後３日）を経過するまで登園できません。

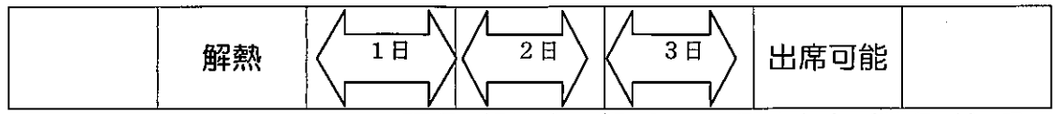
※出席停止の日数の数え方





発熱の症状が出現

ウイルスが体の中に残っているので、熱は下がっても感染力がまだまだ強い為　登園許可がおりません。

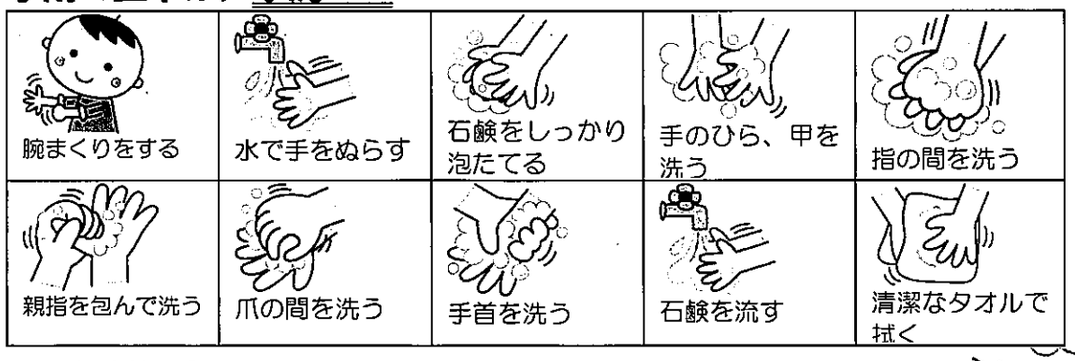


発熱の症状が何日か前から出現

★現象（発熱）がみられた日は査定（数えず）その翌日を第１日とする。「解熱した後３日を経過するまで」の場合、解熱した日が月曜日であった場合は、その日は日数には数えず火曜日を１日目と数える。

かぜの予防

予防の基本は、手洗い！



うがい！

①ぶくぶくうがい、水を口の中に含みぶくぶくして吐き出します。

②水を口の中に含み、のどの奥まで届くように上をむき15秒ガラガラをして吐き出す