



ほけんだよい

2022年11月
ふじみ保育園
保健室

ずいぶん風が冷たくなって8日は立冬です。本格的に寒さが増しますが、この時期の穏やかで暖かい日「小春日和」に、子どもたちは思いっきり外遊びや散歩を楽しんでいます。毎日の生活では、食事や睡眠をしっかりとって、強いからだづくりをめざしましょう。

11の目標

薄着で過ごす

寒さに負けず元気に遊ぶ

11月の予定

園医健診 25日（金） たんぽぽ



10月の感染は、たけのこ組で1名「RSウイルス感染症」の報告がありました。全体的に鼻水や咳・熱を出すお子さんが多くいました。朝夕の寒暖の差が激しく風邪を引きやすいため、体調に注意して行きましょう。

またインフルエンザの予防接種が始まっています。インフルエンザの予防接種をされたお子さんは、連絡帳かコドモンでお知らせの上、予防接種された日はお休みください。

インフルエンザに罹ると、出席停止になります。

インフルエンザは今冬に限り、登園許可書が不要です。（厚生労働省の通知をコドモンで周知済み）しかし、インフルエンザの診断を受けた時は、必ず保育園にお知らせください。（流行時は保健所に報告する必要があるため）

新型コロナウイルス感染症・インフルエンザが同時流行すると騒がれています。どちらの検査を受けた時も園にお知らせ下さい。（陰性でも陽性でも）

感染症予防の基本を忘れずに手洗い・うがいをして、人混みの場所に行くときは、マスクをして予防して行きましょう。

かぜ・インフルエンザ予防

★うがいは、



どちらもしましょう



指の間

親指

手首も忘れずに

★「活習慣」が基本



RS ウイルス

「RSウイルス」と小児に多い
「マイコプラズマ肺炎」についてです！！

【RSウイルスって？】

RSウイルス感染症は、風邪ウイルスの一種とされ、2歳までほとんど100%の乳幼児が罹っているといわれています。

「風邪です」と診断されるケースがほとんどです。

大人は軽い風邪ですんでも、初めて感染する赤ちゃんは、炎症が気道に進み、肺炎や重症な気管支炎になることがあります。ご両親が風邪をひいたら軽くても油断は禁物です。

【症状】

《上気道炎(初期症状)》

- ・鼻みず
- ・咳(嘔吐を伴うことがある)
- ・のどの痛みや腫れ
- ・発熱



《下気道炎(症状が進むと...)》

- ・呼吸が浅く、呼吸数が増える
- ・呼吸がゼイゼイする
- ・鼻で息をするようになる
- ・哺乳ができなくなる

感染経路：飛沫感染、手指を介した接触感染で最初に鼻に感染することが多い

潜伏期間：感染してから発症するまでの潜伏期間は2～8日。典型的には4～6日

感染期間：排泄期間は7～21日と長いいため、感染がひろがりやすい

診断：

- ・胸のX線で診断ができる。
- ・鼻に綿棒を入れてこすり、試薬を使いRSウイルスを検出する。

★(この検査はすべてが保険適用という訳ではないので、かかりつけの医師にご相談・ご確認してください)

マイコプラズマ肺炎

【マイコプラズマ肺炎って？】

初期は風邪と診断されることが多く、「マイコプラズマ・ニューモア」という細菌の感染によるものです。1歳で40%、5歳で65%、大人になるまでに97%の人が感染します。5歳以下の場合は、症状が軽いか無症状の場合が多い。

【3大症状】

- ・激しく頑固で、長期にわたる咳

(発熱より1～2日遅れて咳「コンコン」で、つぎに痰が絡まった咳になり、早朝や夜間睡眠時にひどくなる。)

- ・発熱 微熱の場合もある
- ・全身倦怠感があるが、比較的元気な場合もある

感染経路：咳や痰からの飛沫感染が多い

潜伏期間：接触してから2～3週間程度おいて症状がでてくる

感染期間：特に感染力が強いのは、呼吸症状が強い時

診断：

- ・上記の症状
- ・家族内にマイコプラズマ感染症の人がいる
- ・保育園や学校で流行している
- ・セフォム系の抗生物質で治らない場合
- ・胸のX線

(特に初期は一般の風邪と見極めが難しく、胸の音は肺炎特有の音は聞こえにくい)

