



ほけんだより

2022年2月
ふじみ保育園
保健室

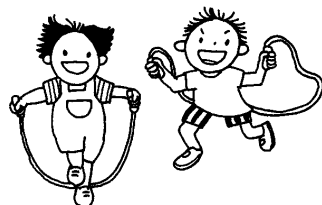
2月3日は「節分」「鬼は外！福は内！」と豆まきをするのは、春（新年）の前に、悪いものを追い払う行事に由来します。そんな寒さの中、土の中では草花が芽を出す準備を始める季節です。子どもたちは寒さに負けずに元気に登園し、園庭やグラウンドで思いっきり走りまわったり、遊んだりしています。

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 24日（金）たんぽぽ

1月の感染症は、インフルエンザAがくすのきで1名・新型コロナウイルス3名・突発性発疹がたんぽぽで1名の報告がありました。もう一度インフルエンザの登園基準を載せておきます「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。

新型コロナウイルス感染症やインフルエンザ・胃腸炎にならないようにみんなの手洗い、うがいをしっかり行い予防して行きましょう。胃腸炎はアルコール消毒では死滅しません。感染予防に手洗い・換気がとても重要です。

★インフルエンザが良くなり登園する際に今冬は登園許可書が不要ですが保護者が記入したインフルエンザ記入表を持参し登園してください。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

日曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
発症	解熱	1日	2日	3日		出席可能

発症	5日					出席可能
----	----	--	--	--	--	------

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 登園許可がありません。

	解熱	1日	2日	3日	出席可能	
--	----	----	----	----	------	--

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！

 腕まくりをする	 水で手をぬらす	 石鹸をしっかりと 泡たてる	 手のひら、甲を 洗う	 指の間を洗う
 親指を包んで洗う	 爪の間を洗う	 手首を洗う	 石鹸を流す	 清潔なタオルで 拭く

うがい！

①ぶくぶくうがい、水を口の中を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

