ほけんだより　11 月号

令和 8 年 10 月 30 日
名 手 保 育 園

朝晩と日中の気温差で体調を崩したり、また空気も乾燥していることも多く、風邪やインフルエンザ、ウイルス性胃腸炎など、感染症が流行する季節がやってきました。予防接種をしたからといって安心せずに手洗い、うがいを徹底し、規則正しい生活を送るように心がけ、感染症を予防しましょう。

感染症の季節を乗り切りましょう！

こんなときは、おうちで様子を見ましょう

インフルエンザや RS ウイルス感染症、ウイルス性胃腸炎などの感染症が流行しやすい時期になりました。小さなこどもほど、感染症にかかると進行が早く、重症化する恐れがあります。体調のサインがあったら、早めに休ませた方が早く回復します。無理せず、ご家庭でゆっくり過ごして様子を見てあげてください。

前日から夜間にかけて…

① 下痢嘔吐を繰りかえす
② 嘔吐が何回かあった
③ 38 度以上の熱が出た
④ 解熱剤を飲んだ
⑤ けいれんを止める薬を使った
⑥ 咳が出たりゼイゼイしてあまり寝られなかった

睡眠不足や咳は体力をうばいます

どれか一つでも当てはまる場合は、症状が治まったかどうか見極めたり、体力を回復させたりするためにも様子を見ましょう。

薬の働きで症状が抑えられている時に無理をすると、ぶり返す危険性があります

朝に・・・・・

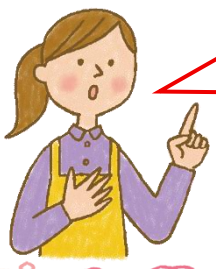
① 体温が 37.5 以上
② 平熱より 1 度以上高い

朝は通常なら体温が低めです。37.5 度を超えている、もしくは平熱より 1 度高いときは日中に熱が上がる危険があります

朝食を食べたら…

③吐いた　④下痢をした

体の調子が悪くなるサインかもしれません



小さな子どもは、体調をうまく伝えられません。「いつもと違う」サインを見逃さないようにしましょう。気になる事があるときは、朝、登園時に職員にご相談ください

粉河保育園　山田昇子看護師来園！手洗い指導をしてくれました

3.4.5 歳児の子どもたちに感染予防のための手洗いの仕方と咳エチケットについて教えてもらいました。
これからの季節、教わった洗い方、また咳エチケットをしっかり行っていこうと思います。山田看護師さんありがとうございました。