

やまぐち保育園 保健だより

令和5年度 冬号



冬の感染症に注意！！



インフルエンザ・新型コロナウイルス

インフルエンザ、新型コロナウイルスがまだまだ流行しています。新型コロナウイルスに関しては、新たな変異ウイルスが広がっているようです。現在の所、重症例の報告はないようですが、ワクチンなどによって得られた免疫を逃避する能力が高まっている可能性があると考えられているため、引き続き、こまめな手洗いうがい、換気、十分な休息、マスクの着用などをして、感染予防を心掛けましょう。



新しい1年が始まりました。今年はどんな1年になるのでしょうか。今年も元気に過ごすために、食事、運動、睡眠のバランスを大切にしていきましょう。皆様が心身ともに健康に過ごせますように。

スキンケア できていますか？



乾燥が著しい季節です。子どもの肌はデケートで、乾燥が進むと、皮膚のバリア機能が低下しやすいので、保湿してあげることが大切です。乳児の場合は、冬場だけでなく一年を通したスキンケアが欠かせません。乾燥による痒みがある場合や引っ掻いて傷になっている時などは、お医者さんに相談して肌質に合った保湿剤を処方してもらうと良いでしょう。



冬の服装について

寒くなると、つい多めに着込みがちですが、子どもは体温が高く、汗もかきやすいです。汗が冷えて風邪をひかないためにも、この時期は汗ばまない程度で動きやすい服装が良いでしょう。一般的な目安としては、大人より1枚少ない服装を心掛け、屋外に出る時は上着を着用して調節しましょう。上着は、袖口や首元がピッタリと閉じているものを選びましょう。

RSウイルス感染症

毎年、寒い時期に流行る呼吸器感染症です。1歳までに50%、2歳までにほぼ100%の乳児が感染しますが、終生免疫はないため、毎年かかる子も多いようです。

《症状》

4～5日の潜伏期間の後、鼻水、咳、発熱などの風邪に似た症状が現われ、通常は1週間前後で回復しますが、中には肺炎や気管支炎を発症する子どもがいます。生後6ヶ月以下の乳児は重症化して入院する場合もあり、特に注意が必要です。

アデノウイルス

アデノウイルスは、プール熱と呼ばれることもあり、咽頭結膜熱や、流行性角結膜炎を引き起こす原因のウイルスです。流行のピークは7～8月で、別名“夏のインフルエンザ”とも言われていますが、今年は季節はずれの流行となっています。

《症状》

潜伏期間は5～7日で、便や飛沫、患者との直接接触によって感染し、喉の痛み、高熱、目の充血、目やにや涙が多くなるなどの症状が出ることがあります。感染対策としては、手洗いうがいが基本です。石けんを使用し、指の間や爪の間までしっかりと洗うようにしましょう。消毒薬は、アルコール消毒が効きづらいとされているため、次亜塩素ナトリウム(ハイター・ミルトン)が有効です。アルカリ性で刺激がとても強いため、使うときは必ず水で薄めるようにしましょう。

感染症完治後に登園される際には、意見書・登園届が必要となります。用紙はやまぐち保育園のホームページからダウンロードが可能です。また、病後児保育室の利用に関するご案内も掲載しておりますので、利用をご検討の際はご覧ください。

《やまぐち保育園HP <http://www.jikeikai-amakusa.or.jp/yamaguchi>》

