

ほけんがより12月

令和4年12月 石畑保育園

除夜の鐘が鳴り響く中、気持ちを新たにする大晦日。「晦日」はもともと「三十日」と書きます。1年の最後だから「大晦日」なのですね。昔の人たちは、家にやって来る年神様を迎えるために寝ないで待っていたのだとか。形は違って、大晦日に夜ふかしをするのは今も同じですね。「108の煩惱」に惑わされず、来年も元気に過ごしましょう！

12月の保健行事

- ・12月6日(火) 0歳児健診
- ・発育測定予定日
- ひよこ(6日) うさぎ(14日)
- あひる(19日) ばんだ(15日)
- りす(13日) きりん(20日)
- ★発育測定日は、都合により変更になります。ご承知ください。

お知らせ インフルエンザウイルス登園基準に関して

発症した後5日間、解熱後3日を経過していること。
医師記載の登園届は、不要となりました。

感染性胃腸炎が流行り始めています

ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は、手洗い・うがいをきちんと行って下さい。

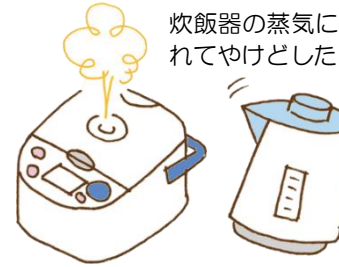
汚れた衣服は…

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めたもので消毒します。

消毒ができれば洗濯機に入れても大丈夫です。

汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう。

子どものやけど、気を付けて！



炊飯器の蒸気に触れてやけどした

電気カーペットの上に寝かせていたら背中を低温やけどした

電気ポットのコードを引っ張って落下させ、お湯がかかった

食卓の上に置いた、熱い味噌汁の入ったお椀をひっくり返した。



やけどをしてしまったら、すぐに流水で冷やしましょう。症状が悪化したり痛みが長く続く場合は、病院受診を！

事故防止のための対策

- ・加湿する電化製品は、手の届かないところに設置するか、柵で囲む
- ・蒸気対策や転倒防止の機能がある製品を選ぶ
- ・湯たんぽや電気カーペットは長時間の使用を避ける

すぐ冷やして

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季節になりました。小さな子どもほど、感染症にかかると進行が早く、重症化するおそれがあります。体調不良のサインがあったら、早めに休ませたほうが早く回復します。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……



- ①下痢を繰り返す
- ②嘔吐が何回かあった
- ③37.5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

24時間以内

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を見極めたり、体力を回復させたりするためにも様子を見ましょう

夜間に

- ⑥咳が出たり、セイゼイしたりして、あまり寝られなかった

熱が出ていなくても、睡眠不足やせきは体力をうばいます。

朝に……

- ①体温が37.5度以上
- ②平熱より1度高い
- ③吐いた
- ④下痢した

朝食を食べたら

薬の働きで症状がおさえられているときに無理をすると、ぶり返す危険があります。

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。

体の調子が悪くなりつつあるサインかもしれません

ちょっとした変化を見逃さないで

- ・目やにがいつもよりひどい
- ・皮膚にポツポツがある
- ・元気がない、機嫌が悪い
- ・顔色が悪い、くまができている



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。気になることがあれば、登園前ご相談ください。お正月休みの医療受診に関して、広報、瑞穂町のホームページを参照ください。

小児救急電話相談 #8000 全国どこでもつながります。

