



平成 29 年 3 月 24 日
保育園夢未来錦糸町園

ほけんだより



暖かい日差しが子ども達を包み、いよいよ春がやってきました。今年度も残り一週間となりましたね。新年度に向けての期待や不安・・・。さまざまな気持ちを最後までしっかりと受け止め、安心して過ごせるように見守っていきたいと思います。病気をせずに元気に登園できるよう、体調管理に気をつけていきましょう。

【子どもの花粉症について】

子どもの花粉症は鼻詰まりが多く、くしゃみはあまり出ないようです。鼻が詰まっているかどうかは、口元を見て判断しましょう。鼻で息をする事が難しい場合、口が開いています。鼻が詰まっているとぐっすり眠る事ができず、成長に影響が出る場合もあります。気になる時には早めに医師に相談しましょう。

《インフルエンザB型の特徴は？》

- 風邪の症状に比較的似ていて間違えやすい。
 - 気管支系・消化器系の症状が出る事が多い。
 - A型に比べると症状は軽い場合が多い。
 - 2月～3月に流行するケースが多い。
- 疑いのある時は必ず受診をするようにしましょう。

【胃腸炎は春も注意！】

春が来ても油断はできません！今後も手洗いと、うがいをしっかり行いましょう。

原因：ノロウイルス、ロタウイルス等

症状：嘔吐、白っぽい下痢、腹痛や発熱

潜伏期間：1～3日

流行の時期：ノロウイルスは秋～冬

ロタウイルスは冬～春

新しい4月を迎えるにあたって 生活リズムを整えましょう！

- ① 朝日を浴びて早起きをしましょう。
- ② 朝食をきちんと食べましょう。
- ③ 日中はよく遊びましょう。
- ④ 午睡は15時までにはしっかりと。
- ⑤ 夜は決まった時間に部屋を暗くして身体を休めましょう。

4月の0歳児検診は、
4月20日（木）11:00～です。
※全園児の健康診断と、身体測定を行います。

囑託医の先生から・・・

賛育会病院はインフルエンザB型、ロタウイルス、それから花粉症の患者さんが見られます。花粉症は5月のG.Wくらいには良くなりますのであまりにひどい時には受診をしましょう。季節の変わり目なので体調に気をつけて、元気に4月を迎えましょう。

