

# 2月保健だより

保育園夢未来東雲園

H30年2月28日(水)

2月はまだまだ寒いですね。しかし、2月は立春の季節でもあります。散歩中は日差しが温かく感じられたりお花が咲いていたり少しずつ春の足音が聞こえ始めていますね

近頃は暖かい日や、寒い日など様々で、体調を崩すお子様も増えています。手洗いうがいや規則正しい生活を心がけていきましょう。保育園でも引き続き園内の衛生環境を整え、感染症等の予防に努めていきたいと思っております。

## 囑託医 のずえ先生より

### ～地域で流行している感染症など～

○インフルエンザが引き続き流行しています。

うがい、手洗いを徹底して予防していきましょう。

**※登園には医師記入の「意見書」が必要です。(HPよりダウンロードできます。)**

**※登園の目安:発症した後5日を経過し、かつ解熱した後3日を経過するまで。**



## 溶連菌感染症とは??

溶連菌がのどに感染して起こる病気です。症状は、発熱(38~39℃)と“のど”の痛みです。

3歳未満ではあまり熱があがらないと言われています。

体や手足に小さくて紅い発疹が出たり、舌にイチゴのようなツブツブができたりします(イチゴ舌)。そのほかに頭痛、腹痛、首すじのリンパ節の腫れもみられます。急性期を過ぎますと、発疹のあとには落屑(皮むけ)が認められるようになります。風邪と違って咳や鼻水が出ないというのもこの病気の特徴です。

この病気には潜伏期間があり、実際に感染してからだいたい2~4日で症状がでます。

○保育園でも、受診時に医師の許可が出てから「保護者記入の登園届」が必要です。

感染経路は飛沫感染です。「手洗い・うがい」が最も効果的な予防方法です。

## 花粉症シーズン到来

2018年の花粉飛散予報は前シーズンの1.5倍の花粉が飛散すると発表されています。飛散開始は2月上旬ごろに花粉シーズンが始まる見込みです。



○症状 鼻水・鼻づまり・目のかゆみ・くしゃみ(子どもは鼻づまりと目のかゆみに現れることが多い)鼻づまりは見た目では分かりにくいので、口呼吸が多くなっていないか確認しましょう。また、目の症状として充血したり、目がむくんだりすることもあるので、気になる症状が出たら早めに受診しましょう。

## 3月3日は耳の日



耳の構造的に、子どもは大人より中耳に炎症が起こりやすくなっています。また、耳の中に異物が入るトラブルも多いものです。中耳炎はもちろん、異物や耳あかも無理にとろうとせず、速やかに受診をしましょう。

★中耳炎になりにくくするポイント★

○風邪を予防する

○鼻をすすらない、またこまめに拭く ※2歳未満のお子様は耳鼻科での吸引がおすすめです。

○鼻をかむときは片方ずつ、ゆっくりと行う

一度中耳炎にかかると、繰り返すことが多いと言われています。

症状が無くなってもきちんと受診し、経過を観察していくことが大切です。

鼻水が出始めたら、早めの対応を心掛けましょう。