



# 1月保健だより

2020年1月21日(火)

保育園夢未来東雲園

1月はインフルエンザの流行が本格化するなど健康に注意したい季節でもあります。お休みの日が多く生活リズムが乱れがちになります。早寝早起きを心掛けて生活リズムを整え、今年も一年健康的に過ごしていきましょう!

嘱託医の先生より～地域で流行している感染症～

○インフルエンザが流行しています。

※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。)

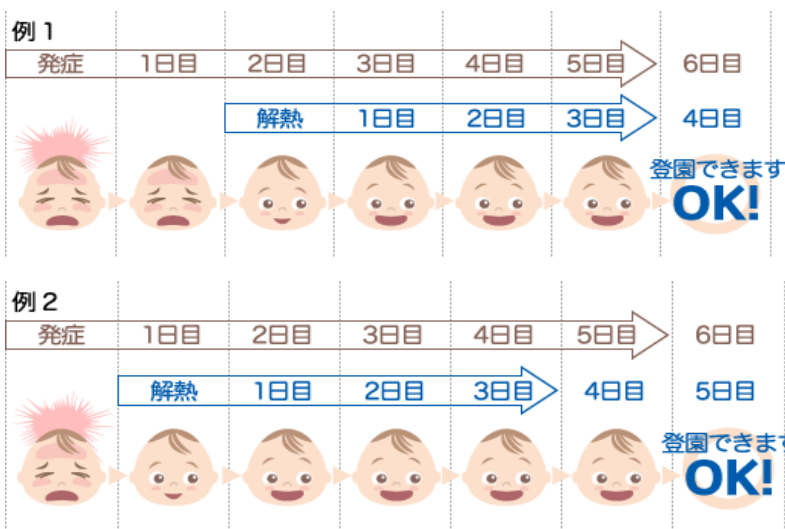
※登園の目安：発症した後5日を経過し、かつ解熱した後3日を経過するまで。

○胃腸炎やRSウイルスもこの時期流行しやすいです。

《2月7日(金) 11:45～のすえ先生による全園児健康診断があります。》



○インフルエンザ発症後の登園の目安



この場合、発症後6日目に登園できます。

この場合、解熱して3日経過しても、発症後5日が経過していない為、すぐには登園できません。発症後6日目に登園できます。

## のどに詰まってしまった時の対応

1月は普段食べ慣れていない料理を食べる機会もあります。特に餅はのどに詰まる事故が発生しやすいです。子どもが丸のみしてのどに詰まりそうな大きさは気をつけましょう。

### ☆背中を叩いて異物を取る方法(背部叩打法)

- ① 片方の太ももに子どもがうつ伏せになるように抱える
- ② 頭が下になるように斜めにする。
- ③ 子どもの肩甲骨の中央に手のひらを当てて4～5回迅速に叩く。



もしもの時は急いで救急車を呼ぶほか、こうした応急処置も大切な要素になります。

## ☆冬のやけどについて

この時期は暖房器具を使用したり、鍋を食べたり身近に高温のものが多くなります。

### ○ストーブやヒーターでの火傷

子どもは好奇心旺盛です。暖かい空気が出たり、炎が燃えている器具に興味を示し手を伸ばします。暖房器具には注意が必要です。

### ○カイロや電気カーペットなどの低温火傷

カイロや電気カーペットなどに長時間触れると低温火傷になる危険があります。

### ☆応急処置について

20分～30分流水で冷やし、患部をガーゼで覆いましょう。

初期に適切な治療を受けると綺麗に治すことができます。応急処置をしたら必ず受診しましょう!

