

# 2月保健だより

保育園夢未来東雲園

令和2年2月18日(火)

暦の上では立春です。まだまだ寒い日が続きますが寒さに触れることは自律神経を鍛え、風邪に負けない体を作ります。園でも子どもたちは、元気に遊びを楽しんでいます。新聞やニュースで、新型コロナウイルスの報道が多くされています。感染の確率が高いところに行かないのはもちろんですが、日頃からの手洗いなどの予防が大切です。過剰に心配し過ぎず、マスクの着用や手洗いの徹底などの通常の感染症対策に努めましょう。

## 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。**



## インフルエンザに罹った家族の予防

※家族は病気になった人からなるべく距離を置くこと(2メートル以上)

※手洗いやアルコール剤による手指消毒を頻繁に行うこと。

※手洗い時のタオルの共用を避ける。

※手の触れるところはアルコール剤でふき取る。

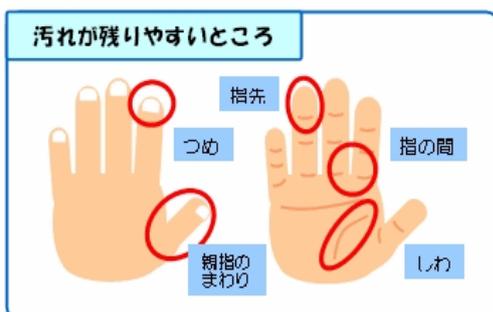


○インフルエンザは感染する可能性が高いことから、家族やそれ以外の人にも感染します。インフルエンザに罹患された場合は、外出を控えることも大切です。

## ○手洗いをしましょう

手洗いは感染予防の基本です。しっかり洗ったと思っても、汚れが残っているかもしれません。汚れが残らない様しっかり洗うよう心掛けましょう。

すすぎに15秒かけて2回手洗いすると効果的です。



## ○咳エチケット

咳やくしゃみにはウイルスや菌が大量に含まれています。

風邪やインフルエンザを周りの人にうつさないために、くしゃみや咳が出るときは「咳エチケット」をまもりましょう。

### 咳エチケットの3カ条

▼咳・くしゃみ・鼻水が出たらマスクをつける



▼咳・くしゃみをする時は、ティッシュで鼻と口を覆う



▼マスクを外した後やティッシュ使用後は手を洗う

