



保健・健康だより 1月号



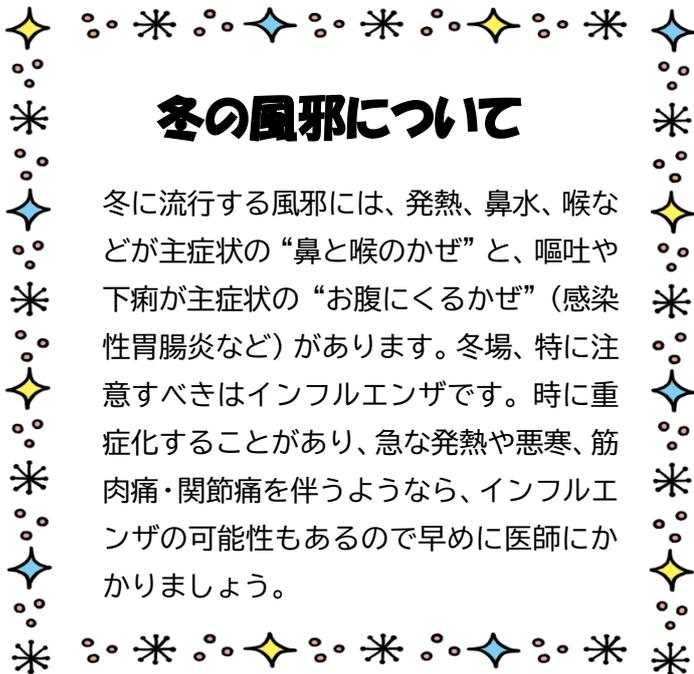
吉美こども園

令和4年1月20日発行



今年の冬は例年になく雪の多い年になりましたね。子どもたちにとっては嬉しい雪ですが、降雪量が多いと通園にも影響します。余裕をもって安全に登降園できるよう、十分気をつけましょう。

さて、お正月明けから新型コロナウイルスが今までにない感染の仕方をしています。中丹地域では一日の感染者が100人を超え、綾部市内にも毎日のように感染者が出ています。冬は一般的に感染症が流行る時期です。コロナウイルス以外にも、いろいろな感染症が近くに潜んでいます。すべての病気の予防はマスク、手洗い、(うがい)、そして消毒です。中丹区域には食中毒注意報が発令されています。油断は禁物！子どもも大人も感染症が流行るこの冬を、元気に乗り切りたいですね！



冬の風邪について

冬に流行する風邪には、発熱、鼻水、喉などが主症状の“鼻と喉のかぜ”と、嘔吐や下痢が主症状の“お腹にくるかぜ”(感染性胃腸炎など)があります。冬場、特に注意すべきはインフルエンザです。時に重症化することがあり、急な発熱や悪寒、筋肉痛・関節痛を伴うようなら、インフルエンザの可能性もあるので早めに医師にかかりましょう。

熱の後の登園について

発熱で早退や欠席をした場合は、熱が下がっても、24時間は再び熱が上がらないか、自宅で様子を見てください。無理をすると、熱が上がる人が多いようです。37.5℃以上の熱は、必ず医療機関の受診をお願いします。

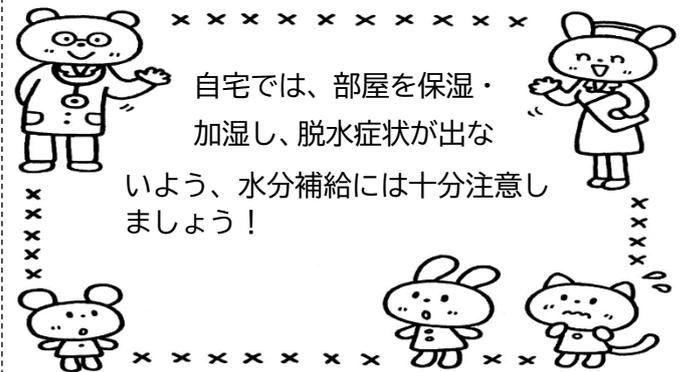
また、熱の後の登園では、職員に受診の結果や、休み中の様子をお知らせください。感染症にかかった時は、熱が下がってもすぐには登園できません。感染症の登園基準は、重要事項説明書(入園のしおり)の最後のページを参考にしてください。



正しい体温の測り方

体温は、動いた後や食事の後、また気温によって一日の中で変動します。測定はわきの下で測定するのが一般的で、正確に測定するには、運動後や食後を避け、測定中は体温計の位置を変えないようにしましょう。

- ① 脇の汗を拭く。
- ② 脇の下の中央部分に体温計の先を当てる。
- ③ 体温計を下から45度の角度になるように挟み、脇をきちんと閉じて、数分間待つ。



内科検診のおしらせ

1月24日(月)午後～、内科検診を行います。欠席の場合は、園医の野間医院八田診療所(上杉町)で受けていただきますよう、よろしくお願いたします。



耳で測る体温計の場合、耳垢が溜まっていると正確に測定することができないの気を付けましょう。

