保健・健康だより　11月号　　吉美こども園　令和４年１１月２４日　発行

秋もいよいよ終盤を迎えました。紅葉も一番美しい時期ですね。紅葉は昼夜の寒暖差が大きいほど、色鮮やかになるそうです。お休みの日に親子で歩きながら、紅葉を見るのも楽しいですね！

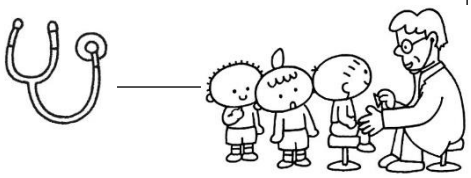
先月、ＲＳウイルスが大流行したと思ったら、今月に入り、小さいクラスを中心に**手足口病**が猛威を奮っています。手足口病は三大夏風邪のひとつですが、流行の波によっては秋や冬に流行ることもあります。特に今年は３年に一度の大流行の年に当たっていました。食欲が急に落ちたり、機嫌が悪かったりしたら手指や足、口の中、お尻に水疱がないか見て、必ず受診しましょう。**登園の目安は熱がないことと、普段通りの食欲があることです。**

新型コロナウイルス感染症も増加傾向が見られます。今まで以上に手洗いや消毒をこまめに行い、換気をしながらの暖房を心掛けましょう。

11 月の内科検診は延期になりました。

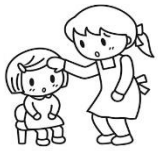
園での内科検診は一年に２回、受けることになっています。今年は５月と 11 月でした。

11 月に入って、新型コロナウイルス感染症の陽性報告が続いておりますので、今月の検診は見送っています。今後、様子を見て、野間医院八田診療所の野間医師と相談し、決まり次第、園だよりやメール等でお知らせします。



園内に入っている感染症

・手足口病
・新型コロナウイルス感染症



寒い冬にやってくる…　インフルエンザについて

○ インフルエンザって？　咳やくしゃみなどによって感染し、広がる病気です。悪寒、急な発熱、関節痛に続き、下痢、嘔吐、咳、くしゃみ、のどの痛みなどの症状が見られます。放っておくと、周りへの感染を広げるだけでなく、合併症の危険も伴うので、医療機関で診察してもらいましょう。脱水症状を起こしやすくなるので、こまめな水分補給が大切です。

○ 出席停止期間について（厚生労働省ガイドラインより）

感染力が非常に強いため、出席停止期間は、発症日を０日として、５日間を経過し、かつ、熱が引いてからも３日間です。登園を控えて自宅療養しましょう。

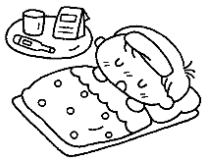
0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
発熱				解熱	1日	2日	3日	登園

発症日　出席停止 →

○ 受診のタイミング

インフルエンザの検査は、発熱後すぐには反応が出ないことがあります。発熱後、6～12 時間経ってから、受診することをおすすめします

○ 気をつけて！　こわい合併症（インフルエンザ脳症）

インフルエンザの合併症の一つで、主に５歳以下の子どもに発症します。

発症から比較的早い時期に、**けいれんを起こす、呼びかけても反応しないなどの意識障害**の他に、**急に怒ったり、おびえたり、うわごとを言うなどの言動**が見られることもあります。このような症状が出たらすぐに医療機関を受診してください。