

# 鱒ヶ沢町病後児保育通信

平成30年度

秋号

## おひさま



### 《寒さに負けない丈夫な体をつくりましょう！》

葉っぱの色が赤や黄色へと美しく色づき始めました。落ち葉を拾う子ども達も秋から冬への移り変わりを感じているようです。冬に向けて心も体も元気に過ごせるよう、風邪予防はしっかりと行いましょう。

気温が下がり、空気が乾燥してくると、気を付けたい風邪。うがいと手洗いが風邪の予防の基本ですので習慣づけるようにしましょう。また、規則正しい生活でウイルスを寄せ付けない強い体をつくることも大きな風邪予防になりますので気を付けていきましょう。

#### ～冬に多い感染症～

インフルエンザ R Sウイルス感染症 溶連菌感染症 気管支炎 クループ症候群 肺炎 感染性胃腸炎

◎ワクチン接種や手洗いうがい、マスクなどで予防していきましょう！

### かぜの予防をしっかりと

かぜのウイルスは冬の寒さと乾燥が大好き。そろそろ流行が気になります。日ごろから予防を心がけて、元気に冬を過ごしましょう！

#### かぜ予防6か条

- 1 うがい、手洗い
- 2 汗をかいたらすぐ着替え
- 3 バランスのよい食事
- 4 部屋の換気と加湿
- 5 規則正しい生活リズム
- 6 人込みを避ける

### インフルエンザと かぜの違い

インフルエンザ		かぜ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
39～40℃	熱	37～38℃くらい
大流行すること	伝染	多くの人にうつらない
手足や腰に強く出る	関節痛	ほとんどない
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症など	合併症	安静を守ればひどくならない

インフルエンザは、発症し5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園はお休みします

### 《病後児保育『おひさまルーム』ご利用について》

☆日 時：月曜日～土曜日 午前7時30分～午後6時

※ただし、日曜日、祝日、お盆（8/13～15）、年末年始（12/29～1/3）、  
鱒ヶ沢こども園の行事等により利用困難な日はお休み

☆料 金：500円～2,000円（給食・おやつ代含む） ※利用条件により料金が異なる

☆対象児童：鱒ヶ沢町在住の満1歳から小学6年生までのお子さま

☆申込手続：利用日前日までに鱒ヶ沢こども園へ電話申込のうえ、利用申請書を提出 ※事前に登録申請が必要

☆持参する物：着替え・オムツ・医師の処方する薬など

☆その他：いつ頃から病後児保育の利用が可能なのか、必ず医師に確認して下さい。

◇詳しくは鱒ヶ沢こども園にお問い合わせください。（☎72-2067）



※病後児保育通信は不定期発行です。