

鱒ヶ沢町病後児保育通信

令和2年度

秋号

おひさま



吐く息がだんだんと白くなっていき、少しずつ冬が近づくこの頃…インフルエンザやノロウイルスなど冬に多い感染症が流行する季節がやってきました。予防接種は受けましたか？お子さんを守るため、インフルエンザやその他の予防接種を計画的に受けましょう。また、この時期は一日の寒暖の差が大きくなり始め、寒暖差が大きいとエネルギーが余分に必要で、疲れもたまります。冬に向けて心も体も元気に過ごせるよう、感染症や風邪の予防はしっかりと行いましょう。

～ 風邪予防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部屋の換気と除湿
- ⑤規則正しい生活リズム
- ⑥人混みを避ける



インフルエンザとかぜの違い

インフルエンザとかぜの違いは、主にウイルスの種類と症状です。違いを知って、初期症状の段階で適切な処置ができるようにしましょう。

	インフルエンザ	かぜ
感染力	強い	強くない
初期症状	強い寒気、頭痛、悪寒	くしゃみ、鼻水、喉の痛み
発熱	急性(39~40℃)	徐々に上がる(37.5℃)
筋肉痛	全身(腰、関節、筋肉など)	軽い
くしゃみ 鼻水	後から少しある	最初からある
咳	強い	軽い
目の充血	しばしばある	あまりない
経過	やや長引く	短期間で治ることが多い
免疫	3~4ヵ月	短期間

冬場に多いおう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症状になると危険です。何よりもまず水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

おう吐・下痢のケア



子ども用イオン飲料や湯冷ましを少しずつ、こまめに与える

おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る

《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。

