



けんこうだより

令和5年: 河辺保育園
看護師: 及川・濱中

朝夕は寒くなり、冬の足音が近づいているこの頃です。空気の乾燥する季節は、感染症も広がりやすくなります。冬に向けて生活リズムを整えながら体調に気を付け、元気に過ごしましょう。

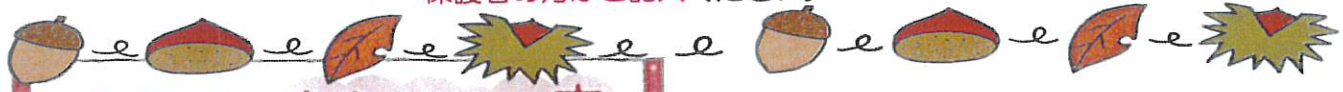
今年は、インフルエンザがすでに流行し始めています。
もしインフルエンザにかかった場合は、医師の指示に従い登園をお願いします。
また、保育園へのご連絡もお願いします。

<インフルエンザ登園めやす>

※発症日を0日として5日間を経過しており、
かつ、解熱後3日間（解熱日は含まない）を経過していること。

例	0日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
最短で登園出来る場合	発熱	発熱	解熱	○	○	○	登園可	
熱が長引いた場合	発熱	発熱	発熱	解熱	○	○	○	登園可

★今年も昨年同様、登園時には医師の治癒証明書は必要ありません。
新型コロナウイルス感染症およびインフルエンザ専用の登園届を
保護者の方がご記入ください。



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

毎日、うんちの観察をしましょう!

- ・理想はバナナうんち
- ・野菜や水分が足りないとコロコロうんち
- ・お腹の調子が悪いと水分の多いゆるいうんち