



# ほけんだより



令和6年1月4日  
もりのなかま保育園 中野栄園  
病児保育室 看護師  
小野寺

あけましておめでとうございます。冬はさまざまな感染症が流行する季節です。  
手洗い・うがい、食事、十分な睡眠をとって今年も予防していきましょう♪

## ☆インフルエンザ

今年度は既にたくさんの感染者が出ているので要注意！

発熱、関節痛、体のだるさ、咳や鼻水などの風邪症状が主な症状です。

コロナも同じような症状が出ます。

罹患した場合、「発症から5日経過」(発症日は0日目という数え方なります)かつ、  
「熱が下がってから3日経過」するまで出席停止になります。



## ☆感染性胃腸炎

冬になると増え始めます。原因のウイルスはさまざまありますが、特に今の季節は  
ノロウイルスに注意です。ノロウイルスにはアルコールが効きません。

症状は吐き気・嘔吐、下痢、そして発熱を伴うこともあります。

うつりやすい危険があるのは、オムツ交換時や、トイレを使用した時です。

しっかりとせっけんで手洗いをして、予防していきましょう。



当園では病児保育室を開所しています。利用には事前登録が必要です。

登録ご希望の方は、看護師の小野寺にお声がけいただくか、病児保育室の携帯まで

ご連絡ください☆

## 〈番外編 冬場の肌の乾燥〉

肌が乾燥しやすい季節です。ケアをすることによって、乾燥やかゆみを予防することができます。

## ケアのポイント

- ① お風呂で洗うときはゴシゴシせず、泡で優しく洗う。
- ② お風呂あがりに子供にも使用可能な保湿剤を塗る。

