



# ほけんだより 10月号



令和2年  
しいの木保育園  
看護師 鈴木

夏の暑さもおさまり、秋らしくなってきました。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあります。園でも子ども達の体調変化を見逃さないよう心がけていきたいと思えます。ご家庭でも衣類の調節や食事で風邪をひきにくい体づくりをしていきましょう🍁

## 2020インフルエンザについて

玄関のホワイトボードでも度々情報を流していますが、今年も新型コロナウイルス感染症とインフルエンザが同時に流行すると予想されています。日本感染症学会からは、症状だけで両者を見分けるのは難しいため可能な限り両方の検査を同時に行うことが提言されています。

**予防接種は？**⇒接種後2週間～1ヶ月で効果があらわれ、接種後5ヶ月で抗体は半分になるといわれています。「△ヶ月で切れる」ではなく徐々に効果が低下していくイメージで！

**もしかかった場合は？**⇒発症日を0日とし、「発症後5日を経過」し「解熱した後3日（幼児の場合）」は登園停止

とされています。登園開始の日は、全身状態により医師の指示した日となります。シール帳の記入欄に医師の診断・治療証明を記入してもらい、登園時に提出をお願いします。

### 感染流行中のお願い

- ・37.5℃に限らず、子どもの様子でお迎えをお願いすることもあります。
- ・インフルエンザと診断されなくてもこれまでと同様、発熱後24時間はご家庭で様子を見てください（発熱の翌日は登園をしないでください）
- ・園としては予防接種をお勧めしていますが、予防接種はご家庭の判断です。参考までに例年通り予防接種を受けた方は10月より玄関の記入表に記録をお願いします。ご理解ご協力の程よろしく申し上げます。

## 乳幼児の誤嚥・窒息事故について

東京の幼稚園で4才児が給食のブドウを詰まらせて亡くなる事故がありました。

しいの木保育園でも給食の食材や玩具の見直し・食事時の対応の方法、緊急時の対応を確認しています。また、子ども達には噛むこと・食事中はしっかり座るなど声をかけていき、大人も食事中は驚かせない・泣かさない・笑わさない等の環境づくりを、園でも行っていきます。ご家庭でも同様の声掛け、ご協力をよろしくお願いします。

## 🍁秋に増える感染症に注意🍁

秋に増える感染症として「マイコプラズマ肺炎」「RSウイルス感染症」があります。どちらも、のどや気管支・肺といった呼吸器に炎症を起こす病気です。

### マイコプラズマ肺炎

発熱・倦怠感・頭痛・喘鳴 幼児では鼻水も多い  
通常は3週間程度で自然治癒する  
※乳幼児では症状が軽く済む場合が多い  
※軽症の場合気付かれないまま人にうつすことがある

### RSウイルス

発熱（ない症例もある）・咳・喘鳴・鼻水。月齢が低いほど肺炎を合併しやすい。1歳以下では中耳炎を合併しやすい。通常は1週間程度で軽快する。

### 予防するには？

通常の風邪同様に手洗いでの予防となります。何度もかかる可能性があるため、家庭内での感染も注意しましょう。