



保健だより

キッズアカデミー保育園

2019・10月号

今月の目標

栄養をとって風邪に負けない身体を

朝夕すごしやすくなってきました。今月は朝と夕方、月の上旬と下旬で気温差の大きくなる月です。寒さに向けて薄着の習慣をつけやすい時期です。健康に過ごせるよう気を配っていきましょう。

大分市感染症情報

9月末の時点で、引続き大分市には手足口病及び感染性胃腸炎の感染警報が出ています。また、RSウイルスの患者数が多い状況も依然続いています。また、10月になりインフルエンザの流行期に入りました。流水と石けんによる手洗い、十分な休息とバランスのとれた栄養摂取などで予防とマスクの積極的活用によって感染拡大の防止にご協力下さい。

9月の園での病気・感染症の様子
(9月27日現在)

- 発熱33名
- りんご病9名
- 手足口病6名
- 嘔吐下痢症2名
- ヘルパンギーナ2名



身体計測のお知らせ
10月の身体計測は
15日(火)、16日(水)
です



保護者の方々へのお願い

左記の感染症情報に大分市の感染症流行状況を記載しておりますが、園内でも手足口病やりんご病が流行しております。以前お配りした登園のめやすを再度掲載しますので、病院の診断や下記を参考に登園の可否を判断して感染の防止にご協力下さい。

感染症名	感染しやすい期間	登園のめやす
溶連菌感染症	適切な抗菌薬治療を開始する前と開始後1日間	抗菌薬内服後48~72時間が経過していること
マイコプラズマ肺炎	適切な抗菌薬治療を開始する前と開始後数日間	主な症状(発熱・激しい咳)がなくなり、元気になるまで
手足口病	手足や口腔内に水疱・潰瘍が発生した数日間	発熱や口腔内の水疱・潰瘍の影響がなく、普段の食事がとれること(水疱内の液体がなくなり、感染の恐れが無くなった時)
伝染性紅斑(りんご病)	発しん出現前の1週間	頬のかゆみがなく、全身状態が良いこと
ウイルス性胃腸炎 (ノロウイルス・ロタウイルス・アデノウイルス等)	症状のある間と、症状消失後1週間(量は減少していくが数週間ウイルスを排出しているため注意が必要)	嘔吐、下痢等の症状が治まり、普段の食事がとれること
ヘルパンギーナ	急性期の数日間(便の中に1ヶ月程度ウイルスを排出しているため注意が必要)	手足口病と同じ
RSウイルス感染症	呼吸器症状のある間	解熱後2日を経過するまで(登園後1週間マスク着用)
带状疱疹しん	水疱を形成している間	すべての発しんが痂皮(かさぶた)化していること
突発性発しん	—	解熱し機嫌がよく全身状態が良いこと

《子どもの特性から大切なこと》

1.大人より薄着が快適です。

- 新陳代謝が激しく運動量も多いため、熱を放散させる必要があります。
- 子どもは体重あたりのエネルギー消費量が大人の2~3倍多く、体温も高めです。
⇒子どもが健康で過ごすためには薄着で心配ありません。むしろ薄着のほうが快適です。

2.子ども時代に暑さ寒さを体感することが大切

- 乳児期は体温調節の機能が未熟ですが、10~15歳ごろ体温調節の機能が完成します。
- 暑さ寒さの経験によって、自律神経系が順調に機能していくようになり適応力も育っていきます。
⇒いつも快適な環境におかれると、体温調節をする必要がないので気温の変化についていけなくなってしまいます。健康な育ちを妨げないよう、衣類の調節にも気を配っていきましょう。