



# 12月のほけんだより



ながらこども園  
令和3年12月6日発行

全国的に新型コロナウイルス感染者が減少していますが、「第6波」「ブレイクスルー感染」最近では「オミクロン株」など、まだまだ油断できない状況が続いています。園では風邪症状があり登園されるお子さんが増えてきていますが、症状がある場合は受診以外の外出や登園を控えるなど、感染の再拡大に気をつけていきましょう。

保健師 牧野 利香

## 咳・鼻水症状がある場合の登園について

風邪が流行する季節。熱はないけれども咳や鼻水が出ている場合、園はお休みするか、病院は受診するか、迷われる方が多いと思います。咳・鼻水の場合は発熱と異なり決められた基準がないため、同じ様な症状であっても登園しているお子さんがいたり、お休みしているお子さんがいたり様々です。0、1歳児クラスでは、登園しているお子さんが比較的多い傾向にあります。

**症状がある場合には家庭保育のご協力をお願いしていますが、登園された場合には次のように対応しますので、ご理解とご協力をお願いいたします。**

- 登園時にお子さんの体調を詳しくお伺いします。**受診状況(診断結果、内服の有無)や症状を健康連絡カード(たんぼぼ組は連絡帳)に記入してお知らせください。**
- 受診されていない場合は、**早めの受診をお勧めします。**
- 病児・病後児保育とは異なり、**症状があるお子さんもクラスでお預かりし、通常保育を行います。**
- お子さんの観察を続け、発熱がなくても**集団生活が難しい場合は職場にご連絡しますので、お迎えをお願いします。**お仕事がお休みの時は、登園時に必ずお知らせください。
- すべてのお子さんが集団生活を快適に過ごせるよう、感染対策を行いながら保育します。**ご家庭でも咳エチケットや手洗い、鼻のかみ方等の指導をお願いします。**

風邪であれば、ほとんどの場合は安静に過ごすことで自然に治ります。しかし、集団生活をしているお子さんは、免疫力が下がった状態で登園すると他の感染症にかかりやすく、症状が長引く原因にもなります。また感染対策を行っていても、感染を完全に防ぐことは難しいため、**集団生活に適應できる状態に回復するまでは、家庭保育をお勧めします。**

また、小さいお子さんは気管支炎や肺炎、中耳炎などの病気を合併しやすいため、**ご家庭でお子さんの様子をよく観察し、体調の変化が見られたらすぐに受診するようにしましょう。**

## インフルエンザの予防接種はお済みですか？

インフルエンザは例年1月末から3月上旬に流行のピークを迎えます。また、インフルエンザワクチンが十分な効果を維持する期間は接種後2週間から5か月間程度であることから、**12月中旬までに接種を終えることが望ましいとされています。**まだ接種されていない方は早めに接種しましょう。また、**年長児は、麻しん風しん混合(第2期)も忘れずに接種しましょう。**



## 感染性胃腸炎(ノウイルス・ロタウイルスなど)の感染対策のお願い

園では約2年前に0、1、2歳児を中心に流行し、30名弱のお子さんが感染し、クラス閉鎖する事態となりました。重症化や感染拡大を防ぐため、以下のことにご協力をお願いします。

- 感染性胃腸炎と診断された場合は、直ちに園に連絡してください。**
- 園で**2回以上(流行している時は1回)の下痢・嘔吐**があった場合は連絡しますので、お迎えをお願いします。
- 嘔吐や下痢で衣類や寝具が汚れた場合、**感染予防のため職員による下洗いは行いません。そのまま袋に密閉して降園時にお渡しますので、**ご家庭での消毒・洗濯をお願いします。**(消毒・洗濯方法は裏面を参考にしてください。)

## 身体測定日

3歳以上児 12/10(金)  
3歳未満児 12/17(金)

当日は着脱しやすい服装で、髪を結んでいる場合は頭の上には結ばないようお願いいたします。



## 感染症発生・流行状況

11月は各クラスで咳・鼻水を主症状とした風邪が流行しましたが、インフルエンザ等の感染症の発生はありませんでした。

1日ごとの感染症発生状況や症状別の欠席者数は、毎日昇降口に掲示しています。

**感染症の疑いがあり受診する際は、園内の感染症発生状況を医師にお伝えください。**



## 健康連絡カードを回収します

記入が済んだカードは、お返ししたり園で回収したりとクラスによって対応が様々でしたが、今後は園で回収するよう統一します。

11月、12月分より、**翌月の登園初日に提出をお願いします。**

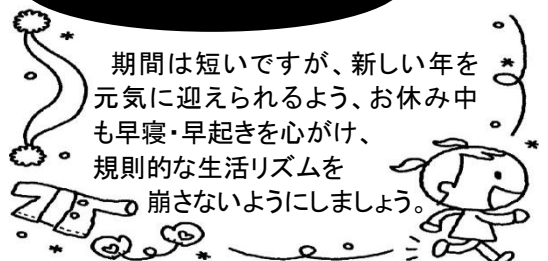
## 受診結果報告書の提出について

10月に行った視力検査・内科検診の結果、受診が必要となった方は必ず受診して「受診結果報告書」を提出するようお願いいたします。

**提出期限は12月23日(金)まで**です。病院の予約状況等により、提出が遅れる場合はお知らせください。

## もうすぐ冬休み

期間は短いですが、新しい年を元気に迎えられるよう、お休み中も早寝・早起きを心がけ、規則的な生活リズムを崩さないようにしましょう。



## 感染性胃腸炎（ノロウイルス等による感染）に気をつけましょう

時期：10月～3月頃にかけて発生（12月から2月に多発）

症状：嘔気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱（38℃以下）、風邪の症状に似ている。

2～3日で症状は治まりますが、約2週間ウイルスが排泄される。

原因：①ウイルスが含まれた食品や水の摂取（ナマあるいは加熱不足の二枚貝〈カキが多い〉の摂取による。）

②感染者との接触による。（水道の蛇口、ドアノブ、おもちゃなどを介して。）

③乾燥した排泄物が空気中に飛散する空気感染による。



### 嘔吐物等が付着した衣類、シーツ、寝具の洗濯方法

○感染性の胃腸炎が流行する期間中、お子さんの持ち物に嘔吐物が付着した場合、他のお子さんや職員への感染予防のため、洗浄せずにそのままお返しさせていただきます。

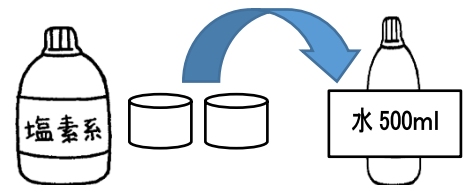
○万が一の場合に備え、すべての嘔吐物を対象とさせていただきます。

○そのまま処分する事をお勧めしますが、ご自宅で洗濯する場合は、家庭内での感染防止のため必ず以下の方法で、消毒等をおこなってください。

- 1 使い捨て手袋とマスクを着用し、ペーパータオルなどで汚物を取り除く。
- 2 ①か②の方法で洗濯する。（色柄物は②の方法でしてください。）
  - ①消毒液に30分以上浸し消毒してから、他の物と別に洗濯する。
  - ②熱水洗濯（80℃、10分間）を行う。
- 3 次亜塩素酸ナトリウムで消毒できない場合は、洗濯後にアイロンをかける。

#### 【消毒液の作り方】

空の500mlのペットボトルに水を入れ、市販の塩素系消毒薬（次亜塩素酸ナトリウム）をペットボトルのキャップ2杯分入れます。



※製品濃度が約6%の場合の希釈方法です。  
 ※希釈液は時間が経つにつれ有効濃度が減少します。また、誤飲防止のため使用後は廃棄してください。

### 嘔吐のケア

○口をすすいで吐き気の誘発を予防します。

○寝かせる場合には、嘔吐物が気管に入らないように体を横向きに寝かせます。

○嘔吐して30～60分程度後に吐き気がなければ、様子を見ながら経口補水液等の水分を少量ずつ飲ませます。

### 下痢のケア

○下痢で水分が失われるため、経口補水液等を少量ずつ頻回に飲ませます。

○食事は消化の良い、おかゆ、野菜スープ、煮込みうどん（短く刻む）等を少量ずつゆっくり食べさせます。

○柑橘類は便を柔らかくするので控えます。また、アイスや牛乳等の乳製品は消化負担となるので控えます。

