



# 12月ほけんだより

2024年度  
松葉保育園  
看護師内山

早いもので、今年もあと1ヶ月となりました。クリスマスイルミネーションが華やかに彩り綺麗な町並みです。保育園では、クリスマス会を前に、歌や合奏、お遊戯等、一生懸命取り組み練習している子どもたちの姿が見られます。師走に入ると1日1日が慌ただしく感じられますが、体調に気をつけて元気にクリスマス、お正月を迎えるようにしましょう。



## 11月の感染症

手足口病・・・1名(すずらん)

伝染性膿痂疹・・・1名(すみれ)

今月は病欠する子はどのクラスも

ほとんどいませんでした。

## 12月の保健行事

3日(火) 身体測定

19日(木) 乳児健診(9:15～)

20日(金) 手洗い指導(すずらん・なでしこ)



## インフルエンザが流行する時期になりました

### ★ 症状 ★

インフルエンザウイルスに感染してから約1～3日の潜伏期間後にインフルエンザを発症します。続く、1～3日の症状期では突然の38℃以上の高熱や関節痛、筋肉痛、頭痛などの全身症状が顕著に現れます。やや遅れて、咳や喉の痛み、鼻水などの呼吸器症状が現れ、腰痛や悪心などの消化器症状を訴えることもあります。通常10日前後で寛解・治癒します。



### ★ 家庭でできる対策 ★

- ① 外から帰ってきたとき、食事前など手洗い・手指消毒をしっかりとしましょう。
- ② 定期的に空気の入れ替えをしましょう。また、室内が乾燥しないように加湿をしましょう。
- ③ 咳やくしゃみ、鼻水が出るときは、ティッシュやハンカチ、マスク、袖等などを使って口や鼻を押さえるようにしましょう。  
※ マスクをするときは、鼻を出す、大きさがあっていない等正しく装着しないと感染リスクが高まるため、正しいつけ方を知らせること、こどもの様子をしっかりと見守ること、無理強いほしくないことが大切です。使ったティッシュはすぐゴミ箱に捨て、手を洗うように心がけましょう。
- ④ 「元気がない」「ご飯を食べない」など、いつもと様子がちがうときは、なるべく早く布団に入るようにしましょう。

### ★ インフルエンザと診断されたら ～感染を広げないために～ ★

感染力がとても強いため、園で集団生活をする上で、他のこどもたちへの感染予防のためにも、インフルエンザと診断されたら、園を休まなければいけません。

#### インフルエンザの登園基準 (幼稚園児・保育園児の場合)

発症後5日間を経過し、かつ解熱後3日間となっています。

登園時には、登園許可証の提出をお願い致します。

< 出席停止 (園を休んでいただく) 期間 >  
発症日(発熱した日)を0日と考え、5日を経過し、  
かつ 解熱後3日経過するまで

●登園の目安

	0日目 (発症日)	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発症後 1日目に 解熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	解熱後 3日目		登園 可能	解熱後3日たっても 発症後5日たらない と登園できません。
出席停止期間	→							
発症後 3日目に 解熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	解熱後 3日目	登園 可能
出席停止期間	→							

※厚生労働省の「保育所における感染症対策ガイドライン」に基づいています。

保育園での感染拡大を防ぐためにもご理解とご協力をお願い致します。