



12月 ほけんだより



令和5年 12月1日
大津市立逢坂保育園

師走に入り寒さが増してきました。これから年末年始にかけて楽しい行事を迎えるなか、感染症流行のお知らせも届いています。「栄養」と「休養」をしっかりとって元気に過ごしていきましょう。

身体計測

4日(月) ぱんだ組

5日(火) ひよこ・うさぎ組

県内に感染症注意報発令中です！

- インフルエンザ
- コロナウイルス感染症
- ノロウイルス（感染性胃腸炎）
*ロタウイルスにも要注意
- 咽頭結膜熱（プール熱）

保健室より

ぱんだ組で手洗いについてお話しをし、みんなで洗う練習もしました。

「ばい菌さんいない?」「見て見て!」と頑張っ
て洗った手をみんな見せてくれました。

ご家庭でもお声掛けいただきながら、手洗いを
習慣づけていきたいですね。

咽頭結膜熱（プール熱）流行中！

アデノウイルスによる感染症です。

主な症状は高熱、喉の痛み、目の症状、嘔吐、下痢
です。

主要症状の消失した日を0日目として、消失後2日
を経過するまで出席停止。登園する時は**医師の意見書**
が必要です。*裏面参照



- 丁寧に手洗い、うがいをしましょう。
- タオルの共用は避けましょう。
- かかったら、水分補給をして消化の良い物を食べましょう。

*消毒法は11月号参照

流行性おう吐下痢症 (ウイルス性胃腸炎の場合)

ロタウイルス、ノロウイルス、アデノウイルス

突然のおう吐から始まり、同時かやや遅れて下痢になる。発熱・腹痛もある。

3日以内に回復に向かう。



ロタウイルスに感染したときは、
下痢便が白くなることもある。

潜伏期間=1~3日

汚染された食品や飲料水からの経口感染、感染者のおう吐物や糞便で汚染されたものからも糞口感染する。症状がなくなっても、ウイルスは10日間くらい排出されている。

*できるだけ早く医師の診断を受けましょう。

もうちでケア

- *おう吐が落ち着いたら、水分補給をしましょう。
- *便のようすを見ながら、消化のよい食べ物を少しずつ与えましょう。
- *症状がひどいときは、入浴を控えましょう。
- *便やおう吐物は、マスクや手袋を着け、適切に処理しましょう。

出席停止期間

おう吐や下痢の症状が治まり、
普通に食事ができること。

予防チェックリスト

- ていねいに手洗いをする。
- 二枚貝を料理するときは、しっかり加熱する。