



# ほけんだより

H31年2月号

2019年2月1日  
 社会福祉法人尚徳福祉会  
 保土ヶ谷保育園  
 看護師

厳しい寒さの中でも、子どもたちは元気いっぱいですね。でも、低温、低湿度の冬は、かぜウイルスが大好きな季節です。インフルエンザなどの感染症も流行っています。ウイルスを寄せつけない丈夫な体作り、環境作りに気を配り、寒い冬を元気に乗り切りましょう。

## インフルエンザ情報！

○横浜市「インフルエンザ流行警報」が発令されています。

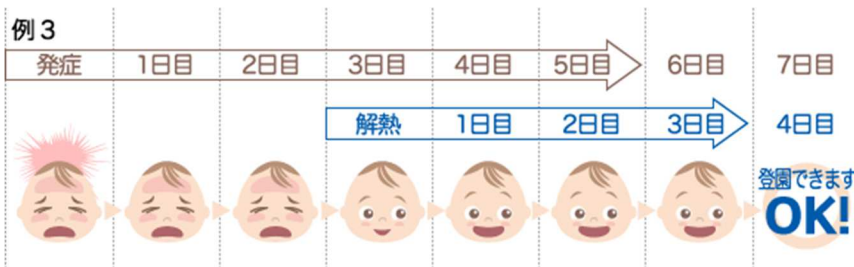
インフルエンザウイルスは1種類だけではありません。1度なったからと安心せず予防を心がけましょう。

○うつらない・うつさないが対策の基本

- ・うつらないために、うがいや手洗いをしましょう。
- ・うつさないために、咳エチケットを励行しましょう。
- ・人混みは避けましょう。休日のお出かけ先もよく検討しましょう。
- ・1～2時間おきに室内の換気を行うとともに、湿度にも気を配りましょう。
- ・十分な栄養と睡眠をとり、体力を低下させないようにしましょう。

○インフルエンザにかかったら

- ・マスクを着用し、かかりつけやお近くの医療機関を受診しましょう。
- ・インフルエンザと診断されたら、外出を控え、家庭内でも咳エチケットを徹底し、十分な栄養と休養をとりましょう。
- ・送迎される方がインフルエンザにかかっている場合は事前に電話連絡をお願いします。園舎の外でお待ちいただくことになります。
- ・保育園は熱が出た日を0日目とし、5日目まで、かつ熱が下がってから3日目まではお休みしなければなりません。登園の際は医師が記入する登園許可証が必要です。



園内で報告された感染症

(1月)

インフルエンザA型

きりん組の保護者の方へ

MR2 期(麻疹、風疹混合ワクチン)の予防接種はお済みですか？

いま一度ご確認ください。