

ほけんだより 11月号

尚徳福祉会
とちょう保育園
看護師

朝夕は冷え込み、ますます乾燥する季節になりました。東京都内でもインフルエンザの報告数は、依然として高水準が続いています。未接種の方は、お早めのワクチンの接種をおすすめいたします。

週末に発熱した際にも、受診して主治医の診断を受け、解熱剤の使用がなく、平熱で24時間経過してからの登園をお願いいたします。

冬の衣服のご準備は…セーター、裏起毛、フリースなど厚みがあり、保温性の高い衣服は、動きを制限し、汗をかきやすく、汗の吸収性が少ないので、秋冬でもあせもの原因になることもあります。園内用には、厚すぎず、動きやすく、汗を吸いやすい素材の衣服をご準備ください。保温性の高い衣服は通園時にプラスして着るなどして、寒暖差に備えてご活用くださいね。

インフルエンザかも?と思ったら...

検査のタイミングは、発熱後12時間からです。(6時間程度で可としている機関もあり) 受診まで、水分を摂りながら、目を離さず、安静にして過ごします。但し、水分が全く摂れない、痙攣をおこした、いつもと様子が明らかに違う時などは、すぐに医療機関を受診しましょう。

インフルエンザと診断を受けた時は、園までご連絡をお願いいたします
医師の記入する意見書(登園許可証明書)は提出不要です。



インフルエンザは、発症し5日を過ぎかつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは欠席します。

発症	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	登園
	解熱	1日目	2日目	3日目		

翌日から数えます

翌日から数えます

小児科学会傷害速報:

1歳9か月児がポップコーンで心肺停止に! 「4歳未満に与えないで」と呼びかけ。

感染性胃腸炎は11月~2月が集団感染のおきやすい時期です!

ノロ・ロタウィルスによる胃腸炎が流行する季節になります。園では新宿区の指導により、園内の流行を防ぐため、汚れた衣服などは洗わず密封してお返ししています。ここでは、ご家庭での消毒方法をご紹介します。ご理解とご協力をお願いいたします。

~吐物・汚染衣服からもうつりやすいので、家族内感染にもご注意ください~

- 1 手袋とマスクをつける (ガウン代用の使い捨てレインコートを着るとなおOK)
- 2 換気しながら、袋を開封する
- 3 消毒する



85℃の熱湯に1分間 又は 塩素系漂白剤に10分間つける (色落ち注意です)

例: ハイター・キッチンハイターなら水3ℓに10ml

(花王サイト: 購入から時間が経過すると濃度が低下するのでご注意ください。↑ 国立感染症情報センターサイトより)

- 4 水で消毒液を流し、洗濯する

- 5 手袋/マスク/ガウンはポリ袋に密封して捨て、しっかり30秒石けんで手洗い
自宅で嘔吐や下痢をした時、吐物や便がついた場所の消毒は、換気をしながら、水500mlにハイターをペットボトルキャップ2杯10mlで、ポロ布やペーパーで拭きそうじします。金属部分は腐食することがあるので、後で水拭きします。



つるつるすべすべのキープが、アレルギー発症予防になることがわかってきました!

スキンケアと効果のある保湿剤・軟膏のぬり方

11月12日は『いいひる』の日

- 朝夕1日2回が基本。洗顔・入浴直後の潤いがある間に塗布
- 毎日全身の保湿を続け、乾燥によるかゆみを防ぎます

軟膏は大人の両手の平の面積を塗るのに、大人の人差指関節一節分が必要

(主治医の指示があれば、それに従ってください。)



今月の保健行事

- 身体測定
- 0歳児健診