

ほけんだより 2月号

尚徳福社会 とちょう保育園
看護師

元旦に能登半島地震が起こり、多くの方々が現在も避難生活を続けられています。人が密集し長時間を過ごさなければならぬ災害時は、感染症が流行しやすいと言われています。幸いにも避難所での感染症発生はピークを超えたとの報道がありました。被災地域の一日も早い復興を願いつつ、この機会に災害備蓄品や避難セット（月齢に合ったミルクや離乳食、オムツのサイズとおしりふきの量等）の見直しをして、いざという時に備えましょう。

節分の豆は5歳以下までNG！ 他のナッツ類・枝豆もご注意ください。

日本小児科学会
消費者庁より



皆様もニュースでご存じのことと思います。2020年に他県の保育園の節分行事で4歳の子供が、豆を詰まらせて死亡する悲しい事故が起こりました…。

- ⚠️ **豆やナッツ類など、硬くてかみ砕く必要のある食品は5歳以下の子どもには食べさせないでください。** のどや気管に詰まると窒息しやすく、大変危険です。小さく砕いた場合でも、気管に入りこんでしまうと肺炎や気管支炎になるリスクがあります。
 - ⚠️ **パンやクッキーやケーキに入ったクルミやアーモンドやピーナッツなどのナッツ類にもご注意ください。** 周囲の方々にも危険性をお伝えして、注意するように気をつけていくことが大切です。
 - ⚠️ **鼻や耳に入れて取れなくなる事故も起こっています。** 個装の製品を利用して、小袋に入ったままで豆まきを楽しむなど、安全に行ないましょう。（園での節分は新聞紙を大きく丸めて行います。）
 - ⚠️ **ペースト状や粉末状で食べることはOK。但しナッツ類はアレルギーのリスクもあります。** 初めて食べさせる時はアレルギー症状が出た場合に備え、かかりつけの医療機関を受診できる午前中に極少量から始めましょう。食物アレルギーをお持ちや、アトピー性皮膚炎がある場合は、主治医に相談してからが安心です。
- 安心安全
ゴマは、離乳食後期からすりゴマとして食べても大丈夫です。

こまめな手洗い、十分な換気は基本です。咳・くしゃみで飛沫を浴びないように大人はマスクを。うがいは残念ながらウイルス量はあまり変わりません…。

アデノウイルスが原因の結膜炎は、タオルを介してうつることも。目やにや充血がある時は、診断を受けるまで共有を避けます。（ペーパータオルで洗濯物を少なく）



家庭内感染を防ぐには…



うつつのはある程度覚悟しつつも、『いかにウイルスの量を減らせるか』がポイントです。

嘔吐・下痢の処理はマスクと手袋を着用し、**85℃の熱湯に1分間か、塩素系漂白液に10分間つける**（色落ち注意。ハイターなら水3ℓに10ml。吐物や便がついた場所は、水0.5ℓにハイター10mlでふき掃除）

うつつたかも…と感じたら、受診と休養を。省けることは省いて、看病と休養を最優先でご自身の体を労わってください。

乾燥による肌荒れが目立つ季節です。手や顔や唇、そして鼻水が出る時は、特に鼻まわりの保湿をお願いします。

1~2歳のアレルギー原因食物2位

今月の保健行事



身体測定
0歳児健診