

# ほけんだより

令和2年12月  
玉島保育園



今年も最後の月になりました。楽しみも多い時期ですが、冬は体温が下がり免疫力も低下しやすい季節です。これから増えてくるインフルエンザや新型コロナウイルス・感染性胃腸炎等に気をつけ、体調の変化に注意しながら、子ども達と寒さに負けず過ごしていきたいと思います。

年明けには、また元気な子ども達に会えることを楽しみにしています。

## インフルエンザ

《症状》 突然の発熱・頭痛・関節痛・筋肉痛・全身の倦怠感・咳・鼻水 など

《感染経路》 咳・くしゃみ・鼻水などによる飛沫感染・それらによる接触感染

《潜伏期間》 1～3日

予防にはワクチン接種のほか、手洗い・うがい・室内の加湿(50～60%)と換気・人ごみを避ける等。登園停止期間があり**医師の意見書**が必要となります。

\* 発熱で受診する時は保育園に通っていることを伝えて下さい。

家庭内でインフルエンザに罹患している方がいる時は、できる限り登園を控えて下さい。感染している場合、発症の24時間前から感染力を持つため園内での感染拡大の原因になってしまいます。

前日に38℃以上の発熱があった時には、翌朝解熱していても登園を控え、受診したあと自宅で様子を見てあげて下さい。インフルエンザは一度、熱が下がり午後から再び発熱する事(二峰性の発熱)が多くあります。

## 年末年始、急な病気であわてないために

年末年始の子どもさんの急な発熱やケガに備えて

近くの救急病院の診療時間を確認しておきましょう。

帰省先や旅行先の救急病院の情報も把握しておく

安心です。また、病院を受診した方がいいのか、

迷った時の電話相談窓口(小児救急電話相談)が

あります。医師・看護師がアドバイスしてくれます。

全国どこでも

#8000

小児救急電話相談

## 12月の予定

12月4日(金) 4・5歳児身体計測

12月8日(火) 0・1歳児身体計測

12月9日(水) 2・3歳児身体計測



歯科検診後に受診用紙を渡された方は  
早めに受診し受診結果の提出をお願いします。