



2022.12.1発行  
田園調布学園大学  
みらいこども園  
(看護師 板橋 裕希子)

早いもので今年もあと1か月となりました。12月はクリスマスや年末年始などお楽しみが多い季節です。マスク、手洗い、換気といった感染対策は、新型コロナウイルス感染症に限らず、感染性胃腸炎やインフルエンザ予防にも有効です。体調に気をつけて、ご家族でも楽しい時間を過ごしましょう。



### インフルエンザ

インフルエンザウイルスに感染して発生します。

突然の高熱が続き、咳、鼻水、のどの痛み、頭痛、関節痛、食欲不振などの症状が見られます。

ワクチン接種で発症や重症化を防ぐことができます。また、マスクを着用することで飛沫感染を防ぎます。

ウイルスは冷たく乾燥した空気を好みますので部屋の湿度50~60% 温度20~23度くらいを目安にしましょう。こまめに換気をしウイルスが浮遊している空気を入れ換えるとよいでしょう。

### 感染性胃腸炎

ロタウイルスやノロウイルスや細菌などが原因で発生します。お腹の風邪といわれることもあります。

突然の嘔吐下痢、まれに脱水やけいれん、脳症など合併することもあります。

子どもは元気そうに見えても急激に悪化し脱水症状を起こしやすいので症状がある時は早めに受診しましょう。

症状が無くなっても1ヶ月くらい便のなかにウイルスが排出されると言われています。特にトイレの後、食事前は丁寧に石けん手洗いをしましょう。



### にじぐみで手洗い指導を実施しました。

どんな時に手を洗っていますか。

「ご飯の前」「外から帰ってきたら」「トイレの後」

どうして手を洗うのかな

「汚れた手でご飯食べたらお腹痛くなる。」「ばい菌つくから。」

ばい菌が苦手なものってなんだろう

「石けん」「消毒液」

質問にしっかりと答えが返ってきました。手の洗い方を確認した後、手洗い練習用のスタンプを使用し石けん手洗いをしました。ここはいつ洗うの?とわからないことを聞いたり、忘れそうだな。とイラストを確認しながら洗ったり、途中で石けんを追加したり、いつもより時間をかけたりと様々でしたが皆さん丁寧に手洗いスタンプを落とせました。継続していけるようにしたいと思います。



### 健診のお知らせ

12月13日(火)13:00  
0.1歳児健診

※都合により日程が変更になることがあります。その都度事前にご連絡いたします。



