



ほけんだより

認定こども園めまんべつ

あけましておめでとうございます。休み中は風邪やケガをせず、元気に楽しく過ごせたでしょうか。毎日冷え込み、体調を崩しやすい時期ですが、風邪などに負けず、園でも元気いっぱい遊びましょう。今年もよろしくお願ひ致します。



インフルエンザ		かせ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
39～40℃	熱	37～38℃くらい
大流行することも	伝染	多くの人にうつらない
手足や腰に強く出る	関節痛	ほとんどない
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症 など	合併症	安静を守ればひどくならない



インフルエンザは、発症し5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園はお休みします

低温やけどに注意

ホットカーペットや使い捨てカイロに長時間ふれることで起こる「低温やけど」が増えています。痛みを感じにくく、重症化しやすいのが特徴。肌が赤くなり子どもが痛がゆく感じていたら要注意。

応急処置



痛みが和らぐまで流水で冷やす。最低20分くらいは冷やし続け、その後病院へ。

広範囲のやけどは、冷水でぬらしたシーツなどで全身を覆い、シャワーをかける。その後病院へ。

寒い時期のけがや病気に注意！

～こんなことに気を付けましょう～

- ・ポケットに手を入れたまま歩かないようにしましょう。
- ・1時間に1度、換気をしましょう。
- ・感染症にならないよう、人の多い場所は避けましょう。
- ・手洗い、うがいをこまめにしましょう。
- ・咳エチケットを守りましょう。
- ・乾燥しないよう加湿器または濡れタオルを干しましょう。
- ・早寝早起きをしましょう。

