



つくしんぼだより 10月号



平成29年9月25日
石原かがやきこども園
体調不良児担当
鈴木・青木

もうすぐ待ちに待った運動会！ 園庭では子どもたちが運動会の練習を頑張る様子が見られます。たくさん体を動かして汗をかくので、着替えとハンカチは忘れずに持たせるようにしてください。

内科健診のお知らせ

10月3日（火）9:30分より 園医 上中居子どもクリニック 清水先生
当日は出来るだけお休みしないようにお願いいたします



RSウイルス感染症が流行っています

例年RSウイルスは寒冷期(11月頃から初春まで)に流行する病気でしたが今年は夏から罹る子どもが増えています。RSウイルスは飛沫、接触で感染します。90%以上の乳幼児が2歳の誕生日までにRSウイルスに感染を受けているといわれています。その後も再感染を繰り返していきます。

症状 4～5日の潜伏期間を経て、多くの場合は鼻水程度の風邪症状が現れます。6ヶ月未満の乳児は、ときに細気管支炎を起こし、急激に重症になることもあります。細気管支炎を起こすと、発熱、咳、鼻水に加え、喘鳴(ゼイゼイ、ヒューヒューという呼吸音)が聞かれるようになり、陥没呼吸などの呼吸困難症状が現れます。また、食欲もなくなりぐったりします。チアノーゼや顔色が悪くなるなどの急激な悪化もありますので、その場合は入院が必要となります。

家で気をつけること こまめに鼻を吸い取ってあげましょう。
洗濯物を干したり、加湿器を置いたりして湿度を保つように心掛けましょう。
乳児では、母乳やミルクは回数を増やして少しずつこまめに与えましょう。
呼吸が苦しそうなときは早めにかかりつけ小児科を受診しましょう。



インフルエンザ対策

- ・食事前、帰宅時時に手洗いうがいをする。
- ・バランスのよい食事、睡眠をしっかりとする
- ・肌着をきちんとつけて、気温に合わせた衣服の調節をする
- ・部屋の換気をし、人ごみをなるべく避ける
- ・適度に運動をする



予防接種を受けよう

感染力の強いインフルエンザにかかりにくくなり、発病しても重症化するのを防ぎます。接種を受けてからこうたいができるまでには約2週間かかるので、10月～12月ごろまでに済ませておきましょう

秋は薄着の服装で

9月も後半になると肌寒く感じる朝が増え、ついつい子どもに厚着をさせたくくなります。しかし、本格的な寒さを迎える前のこの時期に薄着の習慣をつけておけば風邪を引きにくい体になります。外気を肌で直接感じることで自律神経が整い、病気への抵抗力が高まるからです。“大人より1枚少なめ”を目安に、薄手の衣服を重ねるなどしてじょうずな体温調整をおこないましょう。



今月のつくしんぼ利用状況 発熱 5人 頭痛 1人 腹痛 2人

今月上旬高崎市高南中学校区にある小学校でおたふくかぜに罹患した人が多数います。おたふく風邪は非常に感染力が強い病気です。これから冬にかけて感染症が流行る時期です。手洗い、うがいをおこない感染予防をしましょう。体調がすぐれないときは無理をせず家でゆっくり休みましょう。また体調の変化に注意し早めに受診しましょう。