



12月のほけんだより

11月、インフルエンザは3名、溶連菌感染症は4名報告がありました。そのほか、鼻水や咳、発熱等でお休みする子が出ています。寒くなると、風邪やインフルエンザ、感染性胃腸炎が流行します。手洗い、うがいなどの感染症対策をしっかりとしましょう。体調が悪いときは登園を控えて、受診をお願いします。



2025年12月1日

南ヶ丘こども園

看護師: 金森光代



インフルエンザと咳の違い

インフルエンザ		かぜ
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
38～40℃	熱	37～38℃くらい
大流行すること	感染	インフルエンザと比べると感染率は低い
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ることは少ない



インフルエンザの場合は登園届が必要です

インフルエンザでは、発症後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、園をお休みします



0.1.2歳の肌は……

汗かき

大人より体温が高めなため、冬でも意外に汗をかいています。汗をかいたらすぐにふくか、ぬるめのシャワーで流しましょう。

生後3か月くらいまではホルモンの影響で皮脂が多く、それ以降は皮脂分泌が減ってかさかさになりがちです。

しっとりからかさかさに

刺激に弱い

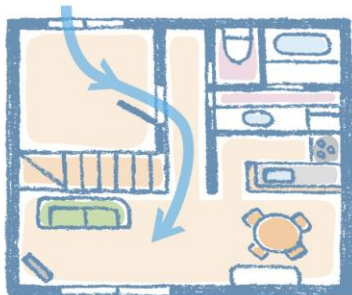
バリア機能が未熟なため、汗や食べこぼしで荒れたり、おむつかぶれを起こしたりします。

室温や湿度を調整し、薄着とこまめなスキンケアで、お子さんの冬の肌を守りましょう



どうする エアコンを使っているときの換気

エアコンを使っている部屋の換気は、夏は熱い外気、冬は冷たい外気が入って室温が変わるので、あまり積極的にやりたくないものです。室温が急に変わらないように、ほかの部屋を通した2段階換気がお勧めです。



① 離れた部屋の窓を開ける

エアコンからできるだけ離れた部屋の窓を開けます。廊下などを通る間に、外気温と室温の差が少なくなります。



② エアコンのついている部屋のドアを少し開けておく

ドアストッパーなどを使ってドアを少し開け、空気の通り道を作ります。



③ エアコンのついている部屋の窓を少し開ける

風を入れるために窓を開けます。

