

# ほけんだより

2021年10月号

社会福祉法人夢の成る木 ひなた保育園  
園長 吉川 孝道



【11/9】

## 秋の健康診断（全園児）

11/9(火)に秋の健康診断を行います。嘱託医の葉梨循環器内科の先生に来て頂きます。12時半から健診を開始しますので、都合休みの場合は12時半に保育園に登園していただき、健康診断を受けて下さい。体調不良の場合は無理せず、予備日の11/16(火)に受診して下さい。

## 抗原検査キット使って下さい

これから空気が乾燥してくるとコロナウイルス感染症はもちろん、風邪やインフルエンザなど病気の流行が心配な時期になります。ドアやおもちゃ、いろいろな物についているウイルスが手につき、その手で鼻や口を触ってウイルスが体のなかに入ってしまう。そこで活躍するのが抗原検査キットです。ワクチンを打てない乳幼児を対象に万が一発熱などの症状が見られた時は、自宅を出る前に検査してもらうことで感染した人の外出を防ぐのが狙いです。症状があったら医療機関を受診すべきですが、なかなか休めないし軽症だから病院に行くほどでもない。抗原検査キットを使うことで、家で調べて陽性だったら学校や職場に行かないで医療機関に行くという目安の手段にしてください。ただ、症状が出ておらず、ウイルスの量が少ない場合、感染しているにもかかわらず陰性の結果が出る「偽陰性」リスクがあります。陰性を確認するものではありません。症状があっても陰性だった場合は、必ず病院を受診して下さい。

朝晩が冷え込む季節になりました。そろそろ秋の衣服へ衣替えをする頃です。毎年お願いしていますが、衣類などは以下の事に注意して準備していただくようお願いします。

### ① 上着は薄手の生地がよい

⇒厚手は汗をかきすぎ体が冷えて風邪の原因になります。

### ② 上着はフードはなし

⇒遊具に引っかかり危険です。

### ③ ピチピチ長ズボン

⇒おしゃれですが、動きづらく着脱しづらい。

### ④ 大きいサイズの服

⇒裾が長いと踏んで転び危険です。

日中は気温が上がります。散歩に出ると汗だくで帰ってきます。厚手の服はまだ先ですね。



## 正しい検温

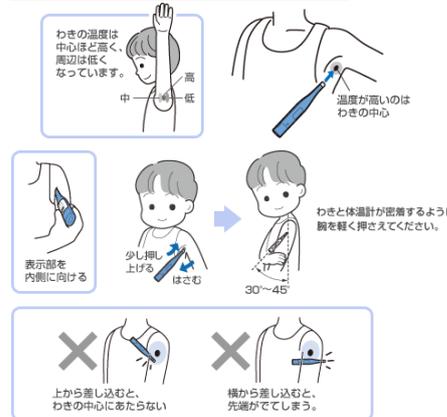
日々の子どもの体調を把握することで、発熱や咳など、体調の変化を発見しやすくなります。早期に感染症の可能性を把握することで、周囲に感染を広げない取り組みの一つにもなります。しかし、なかなか正確な体温を計測することが難しいです。次のことに気をつけて測ってみて下さい。

### ① 落ち着いた状態で検温

泣いている時、興奮している時は体温が高くなる傾向にあります。おやつや遊びの時間や玩具や動画でリラックスしたのを見計らいながら検温しましょう。



### ② 正しい位置で検温（脇の下）



## そろそろ流行る感染症

### ①RSウイルス

ごくありふれたウイルスで、人生を通じて再感染があっても何回も感染します。症状としては、発熱を伴って咳や喘鳴(ゼー)、乳児期は重症化しやすいといわれています。一度かかっても何度も罹患しますが、何度も感染したことによって免疫が作られ、症状が軽くなる場合があります。このような病気がある事を知りながら保育園に通うことも大事だと思います。

### ②インフルエンザ

インフルエンザウイルスは毎年ちよっとずつ変わっています。つくったワクチンはそのウイルスにぴったり合ったものができていないので、そのズレが大きいとあまり効きません。インフルエンザは鼻の粘膜にウイルスがついたばかりの時は予防注射でできた抗体は効きません。インフルエンザは鼻などの粘膜につくとすぐに症状をおこしますので、発病してしまう人がたくさんいます。

### ③ノロウイルス

発熱があり、突然吐いて下痢をするのが一般的ですが、症状が現れない人もいます。嘔吐したものを正しく処理しないと、ウイルスが空気中に飛散し大きな流行の原因になります。嘔吐物が付いた衣類は時季を問わず、洗わずにビニールに入れてそのままお返ししますことをご了承下さい。このウイルスは3週間以上便と一緒に排出されます。