

インフルエンザ) いつから登園していいの?

インフルエンザにかかってしまったら、「発症後5日が経過していること」、「解熱後3日が経過していること」の条件を満たすまでは登園を控えてください。日数を数える時は、発症日は含まず、翌日から発症1日目と数えます。下の表でご確認ください。

ほけんだより 12月号



兵庫保育園 医務室
R5年12月

早いもので今年も残り1か月となりました。最近季節に関係なく色々な感染症が流行り先月は咽頭結膜熱(プール熱)が多くみられました。これからは寒くなっていき本格的な冬がきます。感染症がさらに流行る時期となってきます。園ではこまめな換気、手洗い、うがいをい行い予防対策をしています。ご家庭でもお子さまの体調管理に十分な配慮をお願いします。

寒い季節の幼児の衣服

幼児にとっての衣服の役割

幼児は、体温調節機能が未発達で、体重当たりの体表面積が大きいために放熱しやすく、外気温の影響を大きく受けます。寒さに対する抵抗力は成人よりも弱いので、幼児にとって衣服による体温調節はとても重要です。幼児期後半になると、衣服を自分で着たり脱いだりすることに興味を持つため、暑さや寒さの状況に合わせて自分の感覚で着がえられるように、声をかけていきましょう。



寒い季節の厚着に注意!

幼児は基礎代謝が成人より高いので、冬でも汗をかきます。汗をかいた後に体が冷えると、かぜをひく原因になります。活発に動き回っている時の衣服は、成人よりも1枚少なくするとよいでしょう。汗をかいたら着がえます。



肌着を着ることの大切さ

肌着は、肌を清潔に保つ働きがあります。幼児は、よく汗をかき、皮脂や角質片がはかれた「あか」も多いので、肌着は、吸水性や吸湿性、通気性が高いものを選んで着せましょう。また、動きやすいように伸縮性があるものにします。



室温	肌着	ズボン	長袖シャツ	
20~25度くらい				
室温	肌着	ズボン	長袖シャツ	トレーナー
16~22度くらい				

* 左記の表は重ね着の目安です



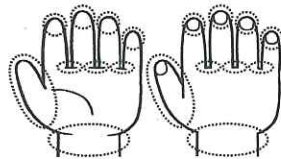
冬の感染症を予防しましょう

感染症予防に大切な手洗いうがい

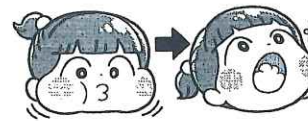
【手洗い】 手には、細菌やウイルスが付着しています。外遊びの後、食事の前などに石けんでいねいに手洗いをします。指先や指の間、親指や手首は洗い残しが多いので注意して洗きましょう。

【うがい】 外遊びの後や、人で混雑した場所から帰った時などにうがいをします。まずはブクブクうがいで口の中の汚れを落とし、上を向いてガラガラうがいを2~3回繰り返します。

洗い残しの多いところ



ブクブク→ガラガラうがい



日頃より保護者の皆様のご協力ありがとうございます。よいお年をお迎えください。

