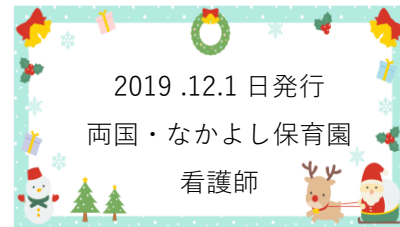




# ほけんだより



年の瀬を迎え、何かとあわただしい12月。生活リズムがくずれがちで、また感染症も流行る時期です。体調管理には十分気を配っていきましょう。

## 12月の保健行事

※0歳児健診

12月12日(木)9:00～

もも組さん登園のご協力よろしくお  
願いします。また11月に内科健診を  
行えなかったお子様も登園よろしく  
お願いします。

## 11月の感染症

溶連菌 6名

## 感染性胃腸炎とは

なんらかの微生物が原因で引き起こされる腸の病気の総称です。感染性胃腸炎のなかで代表的なものとして、ウイルスにより起こるウイルス性胃腸炎と、細菌によって起こる細菌性胃腸炎が大半を占めています。

### 症状

#### ノロウイルス

1～2日の潜伏期間を経て、激しい嘔吐、下痢で発症します。2～3日は強い症状が続きます。

#### ロタウイルス

初期に高熱が出る 경우가多く、嘔吐は1～3日で治りますが、下痢が続き、便がクリーム色になることがあります。

### 治療

ウイルスによる胃腸炎には、特効薬はありません。嘔吐・下痢がひどい場合であれば水分摂取を促したり、飲水もできなければ病院で点滴を行ったりします。

#### <登園基準>

嘔吐・下痢が治まり普通便が確認できる。かつ普段の食事ができること。

### 予防

手洗いや消毒の施行です。ウイルスに対しては、アルコールは無効です。拭き取りや、付け置き消毒を行う場合は、塩素系漂白剤を250倍に希釈して使用するのがよいです。ロタウイルスに関しては、ワクチン接種があります。



## 冬のスキンケア

子どもは肌のバリア機能が未発達のため、乾燥すると、バリア機能が失われます。そのため肌荒れが生じます。外出後や、お風呂上り等に保湿ケアを心がけてください。



## 休み中も規則正しい生活を

もうすぐクリスマスやお正月。年末年始は外出や来客も多く生活リズムが乱れがちです。休み中も早寝早起きを心がけ、規則的な生活リズムを崩さないように気を配りましょう。