



平成 31 年 1 月 29 日発行

西国分寺保育園

園長 奥野 かよ

看護師 二木 杉浦

厳しい寒さの中でも、元気いっぱいな子どもたち。そんななか、かぜのウイルスは、冬の寒さと乾燥が大好きです。今年も、日本全国でインフルエンザが猛威を振るっています。予防で大切なのは、こまめな手洗いです。

日ごろから手洗い、うがいを心がけ、元気に冬を乗り切りましょう。ご家庭でも、手洗い・うがいの感染予防対策や、咳エチケットとして、マスク装着のご協力を、よろしくお願いいたします。

## インフルエンザが はやっています！

くしゃみ、せきなどの症状のほかに、高熱と頭痛が急激に現れたら、インフルエンザかもしれません。潜伏期間が1～3日と短く、感染力が強いので注意が必要です。早めの受診を！



### 症状

突然の高熱  
(40℃前後)

頭痛

おう吐

のどの  
痛み

激しいせき

かんせつう  
関節痛  
筋肉痛

鼻水

### 予 防 の た め に

- なるべく人込みを避ける
- 部屋の湿度は50～60%くらいに。こまめな換気を心がける
- 十分な睡眠、休養をとる
- バランスのよい食事、十分な水分補給を

## インフルエンザ時の登園基準について

『インフルエンザが発症した後5日が経過し、かつ、解熱した後3日を経過するまで』となっております。

登園の際には、医師が記載する登園許可証が必要となります。

## 「かぜ」は油断大敵

鼻やのどにウイルスや細菌が感染し、炎症を起こすものの総称を「かぜ症候群」といいます。軽く済むことも多いのですが、油断をすると悪化して、中耳炎、肺炎、気管支炎など、さまざまな病気を併発することもあります。ちょっと体調が悪そうなときは、無理をせず安静を心がけ、長引かせないようにしましょう。日ごろから、規則正しい生活を送ることも大切です。

## 2月の予定

- ・2/15 (金) 0歳児身体測定
- ・2/18 (月) 1歳児身体測定
- ・2/19 (火) 2歳児身体測定
- ・2/20 (水) 幼児身体測定
- ※身体測定の際に頭しらみ検査を行います
- ・2/27 (水) 0歳児健診

## 【1月の感染症】

インフルエンザ：0歳児1名、2歳児4名、3歳児2名、  
5歳児4名、職員4名

流行性角結膜炎（はやり目）：2歳児1名

### ～おねがい～

感染症拡大防止のため、インフルエンザのような症状がみられた際には、検査のご協力をよろしくお願いいたします。