ほけんだより

新型コロナが猛威を振るっており近隣でも発症が多く聞かれるようになりました。いつ誰がかかってもおかしくない状況です。気の抜けない状況に体も心も疲れが出てきていませんか？つらいときは無理して頑張り過ぎずに、小さなことでもいいので保育士や周りの人に話してみましょう。また頑張っている自分を大切にしてちょっとご褒美をあげたり休んだりしてなんとかみんなで乗り切りましょう#ノロ・ロタウィルスなどの胃腸炎も流行していますので帰宅後のうがい・手洗いを心がけしっかり予防をしましょう。　　看護師　松坂

冬場に多い おう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症状になると危険です。何よりもまず水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

おう吐・下痢のケア

子ども用イオン飲料や湯冷ましを少しずつ、こまめに与える

おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る

やけどに注意!

冬はやけどの多い季節です。
電気ポットのコードを引っ張ったりストーブやアイロンにさわったりしないよう注意しましょう。

やけどをしたら
水道で 10～20 分以上冷やし水ぶくれや手のひら以上の大きさの場合は受診をしましょう。広範囲の場合はバスタオルやシーツを濡らしてくるみ受診しましょう。

またこたつやホットカーペット、カイロなどによる低温やけどは痛みを感じにくく、深くなり重症化しやすいので注意しましょう。

嘔吐や下痢が出たら移る可能性があるか、保育園に行ってもよいかを医師に確認してください。感染の恐れがある場合は、必ず嘔吐や下痢がおさまり 24 時間たっている事と普通の食事がとれるようになってみんなと同じ生活が送れるようになってからの登園をお願いします。**登園届も必要です。**家族にも移らないようしっかり手洗いを行い、汚物の処理はマスク手袋をして消毒もしましょう。

保健行事
1/28　乳児健診
毎月　身体測定(身長･体重)

疫病退散

感染症状況
12/1～1/5

水痘 4 名
胃腸炎　7 名

新型コロナにも引き続き注意し何かあったらすぐに連絡をお願いします。