

11月

ほけんだより



気温が下がり、乾燥する季節になりました。各クラス、鼻水が続くお子さんも見られます。本格的感染症の流行シーズンに備え園でもさらに気をひきしめて感染予防に努めていきます。

令和5年10月31日
中城みなみ保育園・幼稚園
担当 渡慶次



11月7日、14日、21日、28日(予備日) **内科健診**です。
11月28日、29日は**尿検査**があります。



感染性胃腸炎は11月～2月が 集団感染のおきやすい時期です。

ノロウイルスやロタウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。下痢や嘔吐がある場合は早めに受診しこまめに水分補給をこころがけましょう。
また、吐物や便には多量のウイルスが含まれているので処理するとき十分に気をつけましょう！
症状が治まってもからも1ヶ月近く便にウイルスが排泄されます。交換後のオムツの扱いに注意しましょう！
汚物を片付けた後の手洗い、うがい、部屋の換気をしっかりとこなしてください。

ノロウイルスは1mの高さから嘔吐すると飛沫は23mまで広がり小さい粒子は数時間漂います。
消毒は広範囲に！



健康な体づくりが感染症の予防に

気温が下がり、空気が乾燥してくると、気を付けたい「かぜなどの感染症」
手洗いが感染症予防の基本です。コロナ感染も5類になりましたが感染症は0ではありません。ご家庭でも今まで通り気をつけていると思います。
また、規則正しい生活や十分な休息で、ウイルスを寄せ付けない強い体を作ること、感染予防になります。

石鹸で手を洗う うがいをしよう



3食しっかり食べる

