



# ほけんだより

2019 12月 りすのき保育園 NO.10

日中は暖かいのですが、夕方になるとあっという間に暗くなり、気温も下がるので肌寒く感じます。風邪を引かないように気を付けてお過ごしください。

## 今月の予定

- 0歳児健診 13日(金) くるみの部屋・健康診断未受診の園児 14時～  
大池先生に診察していただきます。
- 身体測定 18日(水) 全クラス

## 空気が乾燥してきました

喉や鼻や目の粘膜も乾燥してきました。感染症の予防に、保育園では、冬の時期も水分補給に気を付けて過ごしています。

皮膚もカサカサしてきて、痒くて掻き壊しているお子さんも増えています。

お風呂上がりに、時間を開けずにスキンケアをする事をお勧めします。

保湿クリームを、身体に点々と間隔を開けて塗り、刷り込まないで 広げていきます。

朝晩のケアで、皮膚の様子が変わってくるのがわかります。

### <保湿クリームについて>

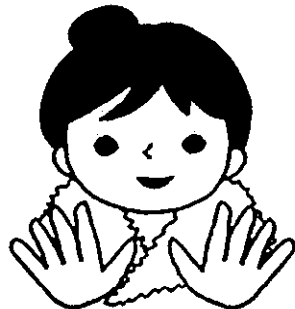
種類も沢山あり、値段も様々ですが、成分に気を付けて購入するようにしましょう。

肌の敏感な方は、かかりつけの医師に相談するか、薬剤師さんに相談してみましよう。

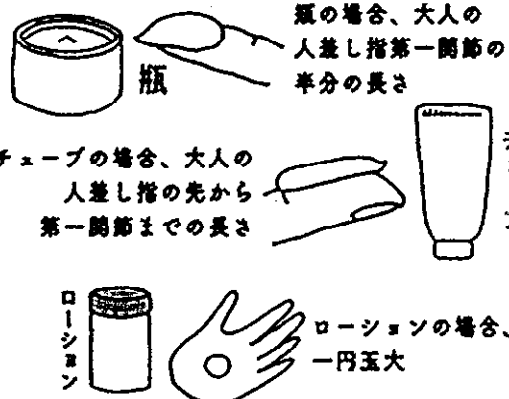
【分量は薄すぎずたっぷりと、塗りましょう。】

\*大人の手のひら2枚分の面積に塗る場合

大人の手のひら2枚分に塗るには、約0.5g



お風呂上がり朝に塗ります



溶連菌感染症、インフルエンザ、感染性胃腸炎が地域では発症しています。

外出後には うがい・手洗いをするなど 気を付けてお過ごしください。

どんぐりの部屋では、「咳エチケット」「鼻水のかみ方」などお話しをしました。

予防をしても感染症にかかってしまう事があります。医師に診断された時は、お手数でも保育園にご一報ください。

感染性胃腸炎には、ノロ・ロタ・アデノウィルス等が含まれます。登園許可書は必要ありませんが、医師と相談の上登園となります。

嘔吐・下痢の症状がみられる時は、熱が無くても受診し、医師の指示に従って下さい。

(上記の感染症に感染した時は医師の許可があるまでは、登園は控えましょう。)

吐物や便の処理の方法には十分注意をしてください。裏面をご覧ください。

衣類を洗濯する時は、塩素系の消毒液に30~60分間浸してから洗濯する方法(色落ちします)か、85度以上の熱湯に1分間以上付けて洗濯をする方法があります。

また、集団の施設では吐物・汚物のついた衣服を洗う事で、周りに飛び散り、感染を広げるので、洗わずにお返りするよう厚生労働省の指導がありましたので、ご了承ください。

(りすのき保育園では、非塩素系・ノンアルコールの成分で、効き目のある消毒液を噴霧してお返ししています。)

インフルエンザは、登園許可書は必要ありませんが、医師と相談の上「登園届」を保護者の方に記入していただき、園に提出し登園といたしましたので、よろしくお願ひいたします。 突然の高熱、だるさ、関節や筋肉の痛み、頭痛、咳、などの症状がみられた時は、受診してください。検査の方法により、発熱後11時間経過しないと結果が出ない事もあります。受診のタイミングは医師と相談してみましよう。

登園の目安は、裏面をご覧ください。また、保育園の送迎の方が発症し、感染する恐れのある期間は、園内に入る事はできません。やむおえず送迎をされる時は、事務所に声をかけてください。

溶連菌感染症は、近年季節を問わず発症しています。登園許可書は必要ありません。医師と相談の上登園となります。 突然の発熱、喉の痛み、舌がイチゴ状に赤くなったり、全身に赤い発疹が出る事もあります。合併症が心配な病気なので、10日間薬を服用する事が大切です。園で必要なときは声をかけてください。

今月も元気に、登園できますように

嘔吐・下痢の時の処理の方法 (厚生労働省の指導から)

インフルエンザになった時の登園の目安 (厚生労働省の指導から)

感染性胃腸炎関連

吐いてしまったときは

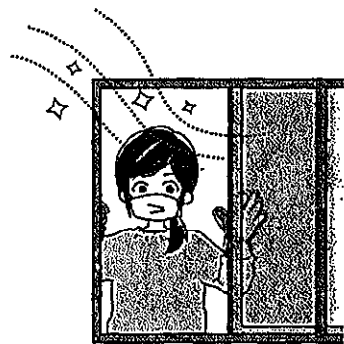
処理する前に



使い捨て手袋、エプロンなどなしで処理するのはNG

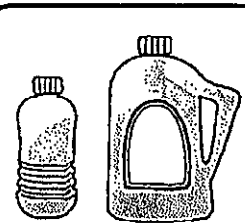


使い捨て手袋、マスク、エプロンをする



窓を開けて換気する

ペットボトルを使った消毒液の作り方



※家庭用塩素系漂白剤と500mLのペットボトル(キャップ5mL)を準備します

手すりやドアノブなどの消毒には?

500mlの水と



2mL (キャップ半分弱)の家庭用塩素系漂白剤を入れます

便や汚物が付着した床などの消毒には?

500mlの水と



10mL (キャップ2杯分)の家庭用塩素系漂白剤を入れます

※次亜塩素酸ナトリウム濃度5%の場合

処理の方法



15分位

1. 新聞紙などをかぶせ、次亜塩素酸ナトリウムで浸す



2. ペーパータオルなどで静かに拭き取る



3. 処理したものをポリ袋にいれ、次亜塩素酸ナトリウムに浸す



4. 処理した後はしっかり手洗い!

発症	発熱	発熱	発熱	解熱	1日解熱後	2日解熱後	3日解熱後	出席可能
発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目	
出席停止期間								

症状が出た翌日を1日目と計算します。



発症後5日を過ぎても、解熱後3日を経過してから

就学時前のお子さんは、熱が下がって翌日が、1日目となり、3日目まで休みます。

発症	解熱	1日解熱後	2日解熱後	出席可能
発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目
出席停止期間				

解熱後3日を過ぎても、発症後5日を経過してから

予防接種をしていると、翌日解熱することもあります。発症後5日は休み、6日目に登園となります。

〈保護者用〉  
※登園届は、一律に作成・提出する必要があるものではありません。

全園届 (保護者記入)  
 子どもの氏名 \_\_\_\_\_  
 保護者の氏名 \_\_\_\_\_  
 入園児童番号 \_\_\_\_\_

(例) (該当箇所には○を記入してください)

流行性感冒	
マイコプラズマ肺炎	
手足口病	
伝染性紅斑(りんご病)	
ウイルス性胃腸炎 (ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルス等)	
ヘルパンギーナ	
RSウイルス感染症	
帯状疱疹	
突発性発疹	

(保護者署名) \_\_\_\_\_ (年) (月) (日) 受付において  
 病状が回復し、集団生活に支障がない状態と判断されましたので、年 (月) (日) より登園  
 いたします。

\_\_\_\_\_ (年) (月) (日)  
 保護者名 \_\_\_\_\_ 印 又はサイン \_\_\_\_\_

※保護者  
 保育  
 けいご  
 の目安

一次保育の目安へ  
 感染症の流行をできるだけ防ぐために、上記の感染症については、登園の目安を参考に、  
 かつつづきの医師の診断に従い、登園届の記入及び提出をお願いします。

「登園届」  
 今回、インフルエンザに感染した時に、保護者の方に、書いていただく書類です。

この書類は、ホームページからも、印刷出来ます。  
 保育園にもありますので、ご利用の際は、事務所まで声をかけてください。