1月号

SUIKA HOIKUEN
MY DREAMS ARE GROWING UP HERE.

ほけんだより

発行日 / 令和３年１２月２８日

朝晩は、気温が下がり、園の駐車場や、玄関まわりが凍っている時があります。登園時は、お子さんとしっかりと手を繋ぎ、転倒に注意しましょう。１月下旬から２月にかけて最も寒くなると言われています。お腹の風邪や、溶連菌などの感染症も流行していますので、免疫力アップの為にも、生活リズムを整え、感染予防の基本「手洗い」をしっかり行っていきましょう。

＜１２月の感染症のお知らせ＞
溶連菌感染症　　３名

生活管理指導票について

食物アレルギーと診断を受けているお子さんを対象に、１月末に生活管理指導票を配布します。１年に１回更新が必要ですので、かかりつけの医療機関で記入してもらい、３月４日（金）までに提出をお願いいたします。

誤飲・窒息にご注意を

年末年始は、誤飲窒息の事故が多く報告されています。お酒は子どもの手の届かない場所に置いたり、おもちや豆は、小さく切って汁物と一緒に食べるなど、ごちそうはひと工夫で楽しみましょう。

冬場の服装について

寒くなると、つい多めに着せてしまいがちですが、子どもの体温は高く、汗もかきやすいので、大人より１枚少ない服装を心がけましょう。ポリエステル、アクリル、ポリウレタンなどの素材は吸湿性が悪いので、肌に触れる素材は、吸湿性に優れた綿がおすすめです。また、手足がしっかり出ていないと、転んだり、怪我につながる危険もあります。手や足がしっかりと出るサイズの合った服装での登園をお願いいたします。

溶連菌感染症

溶連菌（ようれんきん）感染症とは、溶血性連鎖球菌という細菌による感染症で、喉の痛みを伴う咽頭炎の２割程度がこの菌が原因と言われています。

２～５日の潜伏期間の後、喉の痛みや、扁桃腺が腫れる症状から始まり、頭痛、体のだるさなど、かぜの症状と同時に 38～39℃の高熱が出ます。
発熱から２～３日経つと、首や胸、手首、足首に粟粒状の発疹が現れて強いかゆみを伴い、やがて全身に広がります。同時に、舌にイチゴ状の小さくて赤いブツブツとした発疹が現れます。

溶連菌感染症と診断されたら、抗生物質を 10 日から２週間程服用します。早い時期から服用する程、治療効果があると言われています。発症から５日程経つと、熱も下がり、発疹や喉の痛みも治まります。予防には、手洗い・うがいが基本です。

熱がある時は、水分補給を十分に行いましょう。また、喉の痛みがあるため、熱い物や刺激物、柑橘系の果物は避けましょう。回復後、まれに急性腎炎やリウマチ熱にかかることがあります。症状が消えても、医師の指示があるまでは、薬の服用をやめないようにしましょう。