



## ほけんだより かしま2019.2

暦の上では「立春」とはいえ、まだまだ冷え込みの激しい時期。園でもインフルエンザが一時的に猛威をふるいました。手洗い・うがいでウイルスを寄せつけないようにしましょう

### 2月の保健目標：寒さに負けず元気に遊ぶ

フッ化物洗口の説明会を開きます

日時：2月23日（土） 保育参観終了後

11：30～1時間程度

対象：現そら組園児の保護者

保育参観のあとに行います。そら組の保護者の方は、お残りください。その間の保育は、別室で行います。詳しくは、お知らせを見てください。

フッ化物洗口の希望調査は後日行います

（自由参加です）

※保護者が説明会に参加し、医師の説明に同意した園児のみ実施できます。

※にじ組は、来年度の希望を再調査します

## 白っぽい下痢に注意

白っぽい下痢便を特徴とするのが、ロタウイルスによる胃腸炎。おう吐と下痢によって体の水分と電解質が失われ、脱水症状を引き起こしやすくなります。

### 症状

- 突然のおう吐や白っぽい下痢便
- 37～38℃の発熱がある場合も（おう吐はない場合もある）

### ケア

- こまめな水分補給
- 消化のよい食事
- 乳児は下痢便の付いたおむつを持って病院を受診

おう吐と下痢が治まり、いつもどおり食事ができたら、登園できます



## おねしょとは違う夜尿症に注意

5歳以下で排尿機能が未熟なためにおもらしをしてしまうのが、いわゆる「おねしょ」。それとは違い、5～6歳を過ぎてても月に数回以上おもらしをする場合は夜尿症かもしれません。アレルギーについて多い子どもの病気とされています。適切な治療を受ければ3年後には約8割は治癒するというデータもあるので、気になるときはお医者さんに相談を。

保育園では、2月1日に節分集会をします。ご家庭に「豆」を持ちかえりますので、取り扱いには十分注意してください。今年から市の指導もあり、園での豆まきは中止します。そこで、待ちかえりの「豆」はアレルギーを考慮し、ピーナツから豆に変更しました。引き続きピーナツの接種は慎重にお願いします。

## 鬼より怖い？豆の誤飲・誤嚥

節分ということで、子どもたちの健康を祈って豆まきをするご家庭も多い時期ですが、同時に豆の誤嚥が増える時期でもあります。



何よりも怖いのは呼吸に影響がでること。豆類は気道に入ると膨らんで窒息しやすいのです。また、他の異物と違って気管支内に入ると粘膜に炎症を起こして浮腫を起こすので、せきをしても外に出てきません。

特に小さな乳幼児のいるご家庭は注意が必要。健康を願う豆まきのはずが、目の前に転がってきた豆を赤ちゃんが誤って食べてしまうと大惨事になりかねません。少なくとも3歳以下の小さな子どもには、豆類を与えないのが賢明です。



### 知っておこう

## おう吐物の処理

冬場に流行するウイルス性胃腸炎は、ノロウイルスやロタウイルスなどによって感染します。家庭でも二次感染予防のために、おう吐物の処理にご留意ください。

- ① 窓を開けて使い捨ての手袋とマスクを着け、使い捨ての布などでおう吐物を周辺からふき取る。
- ② 次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）を薄めた消毒液で、おう吐物のあった部分を再度ふく。汚れた物はすべてポリ袋に入れ、それらは、消毒液をかけてから密封して捨てる。
- ③ おう吐物の付いた服は、85℃以上の熱湯に1分間つけてから洗濯する。
- ④ さらに乾燥機にかけたり、アイロンをかけたりすると、熱に弱いノロウイルスは死滅しやすい。





