



急に寒くなり、いっきに冬本番ですね。12月は何かと慌ただしく、またクリスマス・お正月とお楽しみがたくさんある反面、生活リズムが崩れやすく体調を崩しやすい時期です。

乾燥する冬はウイルスが元気になってしまう季節です。

体調管理に気をつけ、具合の悪いときには早めの受診をお願いします。



気をつけよう！冬の感染症

感染性胃腸炎

【原因】 ノロウイルス、ロタウイルスなどのウイルス

【症状】 激しい嘔吐や下痢が突然起こり、発熱する場合もある。

ロタウイルスの場合は、便が白っぽくなる。

【対応】 激しい下痢や嘔吐が続くので、イオン飲料や湯冷ましを少しずつ与える。

食事は、おかゆ等から始める。おしりはこすらずにお湯で優しくあらうと良い。

【登園】 登園許可証は不要。医師の指示に従う。

一般的な登園のめやすは、普通の食事がとれて、嘔吐・下痢がおさまり、全身状態が良いこと。

【汚れ物について】 園での感染症拡大を防ぐため、保健所の指導により園で嘔吐下痢等で汚れた衣類・シーツ等は洗わず保護者へお返しすることになっています。ご協力・ご理解をお願いします。



RSウイルス感染症

【原因】 RSウイルス

感染力が強く、2歳までにほぼ100%感染する。年齢が低い子ほど重症化しやすいので注意。

【症状】 38～39℃の高熱。激しい咳。ゼーゼーする呼吸。鼻水。

【対応】 咳がひどいときは、体を起こすか縦抱きにして背中をさする。部屋を加湿する。水分を少しずつゆっくり飲ませる。

【登園】 登園許可証は不要。医師の指示に従う。

一般的な登園のめやすは、熱が下がり、咳等の症状が緩和されて、全身状態が良いこと。



健診予定

15日：内科健診

保健によるおはなし

- ・4日 手洗いの話し（たけ組）
- ・11,12日 視力検査（すぎ組）
- ・13～21日 歯磨き練習週間（すぎ組）

*インフルエンザの予防接種を受けられた方は、
予防接種届けにてお知らせ下さい。

（新たに受けたものだけ記入下さい）

*年末年始の医療機関について

武蔵野市のホームページや東京都医療機関案内サービス「ひまわり」等で空いている病院を探せます。

