



2024年ももうすぐ終わります。冬は、感染症が流行しやすい時期です。インフルエンザや感染性胃腸炎なども注意して、年末年始を元気にお過ごしください。

感染性胃腸炎にご注意ください

ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、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病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は、手洗い・うがいを行ってください。ノロウイルスやロタウイルスにアルコール消毒薬は効果がありません(塩素系漂白剤は効果があります)。消化器症状がある場合は、登園前に受診していただき、登園が可能か医師に確認をお願いします。保育園では保健所の指導により、感染拡大を防止するため、吐物で汚れた衣服はそのままお返ししています。



下痢やおう吐で保育園をお休みした方がよい時の目安

※子ども家庭庁「保育所における感染症対策ガイドライン」より

～下痢の時～

- ・24時間以内に2回以上の形がない便がある
- ・食事や水分をとると下痢がある
- ・下痢とともに、体温がいつもより高い
- ・朝、おしっこが出ない。機嫌が悪く元気がない
- ・顔色が悪くぐったりしている

～おう吐の時～

- ・24時間以内に2回以上吐いた
- ・水を飲んでも吐いてしまう
- ・1回でも吐いていていつもより体温が高め
機嫌が悪く元気がない
顔色が悪くぐったりしている

これってOK？ 下痢のときの食事

下痢のときは、脱水状態にならないよう水分補給が大切。また、胃腸に負担の少ない食事をとりましょう。

水分補給は子ども用のイオン飲料や湯冷ましをこまめに飲ませてあげましょう。

おすすめ

リンゴのすりおろし

整腸作用があるので、すりおろしや搾り汁を。

おかゆ、おじや

整腸作用があるので、症状が落ち着くまでは続けましょう。

やわらかく煮た野菜スープ

消化がよくなり、水分補給にもなります。

避けたいもの

柑橘類

腸を刺激して下痢を悪化させるので避けましょう。

パン、バター、チーズなど

脂肪を多く含み、腸に負担をかけるのでNGです。

生野菜・繊維の多い野菜

消化によくない、下痢を悪化させるため避けましょう。

年末年始の急病は？

年末年始は休診となる病院が多いです。お子さまの急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院や、近くの救急病院の診療時間や休診日、帰省先の救急病院の情報を確認して

おくと良いです。

今月の行事





- 2日(月) すみれ組
- 3日(火) つぼみ組、赤ちゅうりっぷ組
- 4日(水) たんぽぽ組
- 5日(木) 黄色ちゅうりっぷ組、ゆり組
- 16日(月) 内科健診
- 18日(水) すみれ組 視力検査

身体計測

インフルエンザ登園停止期間早見表

下の表を参考に発症日からの日数を計算してみてください。

※登園には、医師の登園許可証明が必要です。

	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	(発症した後5日を経過)		
	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	7日目 月 日	8日目 月 日	9日目 月 日
ここに日付を記入 しましょう →										
発症後1日目に 解熱した場合 →発症後6日から登園可能		 解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	解熱後3日目			登園可能		
発症後2日目に 解熱した場合 →発症後6日から登園可能			 解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	解熱後3日目		登園可能		
発症後3日目に 解熱した場合 →発症後7日から登園可能				 解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	解熱後3日目	登園可能		
発症後4日目に 解熱した場合 →発症後8日から登園可能					 解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	解熱後3日目	登園可能	
発症後5日目に 解熱した場合 →発症後9日から登園可能						 解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	解熱後3日目	登園可能

登園停止期間: 発症した日(急な発熱など)を0日とし翌日から5日間を経過し、かつ解熱した日を0日とし翌日から3日間を経過するまで

1. 発症とは、病院を受診した日ではなく、発熱などのインフルエンザ様症状が始まった日で、その日を0日と考えます。
2. 1日の中で発熱と解熱が両方あった場合は発熱日となります。
解熱: 37℃以下とする。一日のうちどこで測っても37℃以下であること。
3. インフルエンザと診断を受けた時と解熱したと判断された時は、9～17時の間に保育園(看護師)に連絡を下さい。
4. 登園の可否についてわからないことがあれば、かかりつけ医または保育園(看護師)にお問い合わせ下さい。
5. 登園時、書類を確認させて頂き、日数や登園可能日にズレがあり、登園停止期間内の場合は再度自宅で様子を見て頂きます。
集団生活の場であることを考慮し、ご理解とご協力をお願いします。