

日を追うごとに寒さが増してきました。寒さとともに気をつけなくてはならないのが、風邪・インフルエンザの流行です。年末は何かと用事も多く、気忙しい時期ですが、お子様が健康に過ごせるよう引き続き体調管理をお願いします。

## 感染性胃腸炎にご注意！

秋から春にかけてノロやロタ等のウイルスやカンピロバクター等の細菌での胃腸炎が流行する時期です。ロタウイルスは予防接種がありますが、接種したからといって絶対に罹らないというものではありません。嘔吐はなく下痢だけが続くといった軽い症状の場合もありますので、注意が必要です。



## 胃腸炎になったら…

乳幼児は下痢等による脱水症状を生じることがありますので、早めに医療機関を受診しましょう。

便や嘔吐物を処理する時は、使い捨て手袋、マスク、エプロンを着用し、処理後は石けんと流水で十分に手を洗いましょう。

消毒は希釈した次亜塩素酸ナトリウムに浸す、熱湯やスチームアイロンによる加熱処理(85度で1分以上)がオススメです。

嘔吐の症状がおさまったら少しずつ水分を補給し、安静に努め、回復期には消化しやすい食事をとるよう心掛けましょう。

下痢症状があるときの入浴は、最後に入りましょう。

## 目安を守って、元気に登園しよう！！

発熱やおう吐、下痢などからの病み上がりは、家では元気でも園で長時間過ごすまでには回復していないことはよくあります。そんな時期に無理をするとぶり返してかえって長くおそれがあるので、登園再開の目安を守って、しっかり回復する時間をとりましょう。

### 発熱

- ・前日に 37.5 度を超える熱が出ていない
- ・解熱剤を使って 24 時間経過している

### おう吐

- ・24 時間以内におう吐がない
- ・食べたり飲んだりしてもおう吐がない

### 下痢

- ・前日までに、形のある便が出始めた
- ・通常の食事を食べてもいつも通りに近い排便回数



インフルエンザなどの感染症は登園再開の目安が決まっています。書類提出が必要なこともありますので、診断を受けたら、園にご連絡ください。

## 冬のスキンケアについて

寒くなると子どもの皮膚は大人に比べて薄いので乾燥しやすく、刺激や摩擦による抵抗力も低いため、とても傷つきやすいです。肌が乾燥する時期は特に入浴後、タオルで優しく拭いたらすぐに、刺激の少ない保湿剤などでスキンケアをしましょう。

肌荒れが続く場合は、皮膚科を受診してみましょう。

