



朝晩は肌寒く、日中の気温との寒暖差が大きくなってきました。気温が下がるにつれて、空気が乾燥し、インフルエンザやノロウイルスなどの感染症が流行する時期です。規則正しい生活リズムを心がけ、かぜをひきにくい体づくりをしていきましょう。

<10月の感染症のお知らせ>
インフルエンザ 11名

予防接種について

インフルエンザの予防接種は、発症を抑え、肺炎や脳炎などの合併症を防ぐ重症化防止効果があります。接種すると半年ほど効果が期待できますので、この時期に予防接種を済ませておきましょう。

※予防接種の後は、副作用が出現することが多いです。接種の予約は、降園後またはお休みの日に調整しましょう。

血液のついた衣類について

血液の取り扱いには感染リスクを伴います。血液のついた衣類は園では洗わず、そのままお持ち帰りします。ご家庭で洗濯をお願いいたします。

<インフルエンザとかぜの違い>

インフルエンザとかぜの違いは、主にウイルスの種類と症状です。違いを知って、初期症状の段階で適切な治療ができるようにしましょう。

	インフルエンザ	かぜ
感染力	強い	強くない
初期症状	強い寒気、頭痛、悪寒	くしゃみ、鼻水、喉の痛み
発熱	急性(39~40℃)	徐々に上がる(37.5℃)
筋肉痛	全身(腰、関節、筋肉など)	軽い
くしゃみ、鼻水	後から少しある	最初からある
咳	強い	軽い
目の充血	しばしばある	あまりない
経過	やや長引く	短期間で治ることが多い
免疫	3~4ヵ月	短期間

鼻水のおはなし

季節の変わり目やアレルギーなどにより、子どもは鼻水が出やすくなります。鼻水の他に、発熱、喉の痛み、食欲不振、**黄色や緑色の粘り気のある鼻水が続くなどの症状**があれば病院で診てもらいましょう。

どうして鼻水が出るの？

鼻水は体を守るために必要なもので、鼻や喉に付いたウイルスを排除するために出るものです。また、炎症を起こした鼻の粘膜を守る役目もあります。

小さい子はこまめに吸い取って！

まだじょうずに鼻をかめない子は、ティッシュでこまめに拭いてあげたり、鼻水吸引器などを使って吸い取ってあげたりしましょう。

鼻がかめるようになったら

自分で鼻をかめるようになってきたら、片方ずつ、軽くかむように習慣付けましょう。強くかむと、耳を痛めてしまったり、炎症がひどくなったりすることがあります。

また、鼻が詰まっていて鼻水が出ない時は、水分をこまめにとり、部屋の湿度を調節しましょう。

