



早いもので、今年もあと数日となりました。年末年始は、来客や外出により生活リズムが乱れがちとなります。全国的にインフルエンザが流行し、コロナウイルス、胃腸炎にも注意が必要です。咳エチケットやマスクの着用、手洗いで感染予防対策を行い、睡眠・食事の時間を意識した楽しいお正月を過ごしましょう。

ほけんの予定

1月20日(月) 発育測定 (0.1歳児)

1月21日(火) 発育測定 (2歳以上)

12月の感染症報告

インフルエンザ
りんご病
流行性角結膜炎
 感染症に気をつけましょう

インフルエンザ

突然高い熱が出て、数日続きます。食欲がなくなり、関節や筋肉の痛みがでることも。子どもは「だるい」と言えないことが多く、「元気がない」「機嫌が悪い」といった状態が続きます。全国的に大流行しているため、注意しましょう。

ノロウイルス感染症

症状としては、激しい嘔吐と下痢が起こります。ほとんどの場合、1～3日で回復しますが、脱水症状を起こすことがあり油断は禁物です。しっかり消毒されていないと、感染が広がるため、急な発症に備え、塩素系消毒薬や、使い捨て手袋を常備しておきましょう。

年末年始の

子どもの急な病気に困ったときは

こども医療電話相談
#8000

休日・夜間の子どもの症状に、どのように対処したら良いのか困ったときに、小児科医・看護師に相談できるものです。
#8000をプッシュすると相談窓口で適切な対処の仕方や、受診する病院のアドバイスを受けることができます。

年末年始の **感染予防** 対策

人ごみを避ける

インフルエンザなどは、人のくしゃみや咳のしぶきを吸い込む事で感染します。帰省の移動時や参拝時などの人の多いところでは感染のリスクが高まります



手をよく洗う

ウイルスのついた手で口や鼻、目などに触れるとそこからウイルスが体内に入り込みます。外から帰った時、食事の前など、こまめに手を洗いましょう



ごちそうはひと工夫で楽しんで

お酒の誤飲

透明なので水と間違えやすいです。グラスやおちょこは子どもの手の届かないところにおきましょう。

もちや、豆類による窒息

もちは小さく切って1つずつ汁ものと一緒に食べさせます。豆類は刻むか、子どもには控えましょう。

マスクをつける

マスクは、咳やくしゃみのしぶきが広がるのを防ぐほか、無意識の内に口や鼻を触るのを防ぐ効果があります

