



12月のほけんだより



早いもので、今年もあと1ヵ月となりました。新型コロナウイルス感染症者は全国的に減少してきていますが、まだまだ安心のできない生活が続いています。これからの時期、季節型インフルエンザやノロウイルス等の感染症の流行も心配されます。体調管理には十分気を配り、うがい・手洗い・手指消毒・マスクの着用などの、感染症対策を心がけましょう。

感染性胃腸炎

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・うがいをきちんと行ってください。



汚れた衣服は…

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



消毒ができたなら洗濯機に入れても大丈夫です。



汚れた場所もしつかりと消毒を行いましょう。



新型コロナとインフルエンザの症状はよく似ている

症状	新型コロナ 軽症～重症まで幅広い 季節性は不明	かぜ 緩やかに発症 年中みられる だんだら続く	インフルエンザ 突如の発症 冬に多い 通常5～7日で軽快
発熱	平熱～高熱	平熱～微熱	高熱
咳	○	○	○
咽頭痛	○	○	○
息切れ	○	×	×
だるさ	○	○	○
関節痛	○	×	○
筋肉痛	○	×	○
頭痛	○	○	○
鼻水	△	○	○
下痢	△	×	○ 特に小児が多い
くしゃみ	×	○	×

たんぽぽルームからお知らせ

下記の症状があるときは、登園せずご家庭で様子を見てください。

- 24時間以内に37.5℃の熱があった場合や、解熱剤(熱さましの内服や坐薬)を使用した。
- 食欲がなく朝食や水分が普段どおりとれない。
- 便が柔らかい・下痢をしている。
- 状況に関係なく、嘔吐した。(吐物量に関係なく)
- 予防接種後。(当日は、可能な限り自宅で様子をみて下さい。)

11月に発生した感染症

アデノウイルス…3件

突発性発疹…1件

いつもと体調が違うな?と感じたら、無理せずゆっくり静養しましょう。