



11月8日は立冬です。季節は秋から冬へと進み、一日の寒暖差が大きくなり始めます。寒暖差が大きいとエネルギーが余分に必要で、疲れもたまります。全国的にもインフルエンザが流行しています。冬に向けて心も体も元気に過ごせるよう、インフルエンザや風邪の予防をしていきましょう。

11月の保健目標
「かぜ・インフルエンザの予防をしよう」



かぜのウイルスは寒さと乾燥が大好きです。朝晩ずいぶん冷え込むようになり、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザなど、感染症の予防には、「手洗い」・「うがい」・「栄養」・「休養」が一番です。

冬に多い感染症 インフルエンザ

症状

突然、高熱(39~40℃)が出て、3~4日続きます。

倦怠感^{けんたいかん}や食欲不振、関節痛、筋肉痛などの全身症状のほかに咽頭痛や鼻汁、せきの症状が見られます。気管支炎や肺炎、熱性けいれん、急性脳症などの合併症を起こすこともあります。

予防と
注意点

幼児が感染した場合は、発症後5日

幼児が感染した場合は、**発症後5日を経過し、かつ解熱後3日を経過する**までは出席停止(下の表を参考)です。ワクチンは、13歳未満の子どもは、2回接種を行います。2~4週間の間隔をあける必要があるため、流行期までに接種を終えるようにすることが望ましいです。

インフルエンザの出席停止期間

		発症日(0日)	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発症後1日目に 解熱した場合	園・所	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目		登園可能	
			出席停止						
発症後3日目に 解熱した場合	園・所	発熱			解熱	1日目	2日目	3日目	登園可能
			出席停止						





カゼ・インフルエンザ予防の味方

せきエチケット



せきやくしゃみをしている人が増えてきました。
お友だちにうつさないためにはどうしたらいいのかな？

せき・くしゃみを
するときには…



人から顔をそむける
腕で口元を覆う

せき・くしゃみが
出ている間は…



正しくマスクを
つけましょう

はなを
出さない、
隙間を
あけない

はなを
かんだ後は…



ティッシュはすぐに
ふたつきのゴミ箱へ

園医による乳幼児健診の結果



乳児健診（0～2歳児クラス）・10月20日実施

内科（幼児）健診（年少～年長児）・10月17・20日実施

病名 クラス	健診者数 (人)	異常なし (人)	扁桃肥大 (人)	喘鳴 (人)
0歳児	12	12	0	0
1歳児	26	26	0	0
2歳児	26	23	3	0
年少児	39	36	2	1
年中児	44	40	3	1
年長児	41	41	0	0
合計	188	179	7	2

※乳児健診、0歳児4名、1歳児2名、2歳児4名 欠席
内科健診、年少児1名、年中児1名、年長児6名 欠席

乳児クラスの毎月の
乳児健診、幼児クラス
の内科健診の結果は、
異常があった場合のみ
お知らせしますので、
ご了承ください。

園医の杉山先生から健診結果に対するコメントをいただきました。

★喘鳴のお子さんは、咳が続くようなら一度受診してください。

★扁桃肥大のお子さんは肥大だけでは問題ありませんが、高熱をよく出すようなら一度受診してください。

★1歳になったらできるだけ早く、水ぼうそう、MR（はしか・風疹）の予防接種を受けてください。

★年長児さんは、必ず2回目のMR（はしか・風しん）を3月31日までに受けてください。

※定期予防接種は、対象年齢が過ぎると有料（高額）です。必ず期間内に受けましょう。

10月の感染症発生報告（病状回復報告書から）

ひよこ：突発性発疹	2名
咽頭結膜熱	1名
うさぎ：咽頭結膜熱	1名
らっこ：咽頭結膜熱	1名
インフルエンザ	4名
きりん：新型コロナウイルス感染症	1名
しまうま：インフルエンザ	7名
咽頭結膜熱	1名
らいおん：インフルエンザ	8名
くじら：インフルエンザ	13名
いるか：インフルエンザ	2名



保健室からお願いします

★熱が出た、嘔吐・下痢をした、食後に蕁麻疹が出た・・・など、体調に変化があった場合、また、受診後に登園された場合は、必ず受診結果を直接職員にお知らせいただくか、連絡帳への記載をお願いします。

★10月は、クラスによりインフルエンザが流行りました。

万一罹ってしまった場合には、1面の図を参考にして、登園停止期間のご協力と型のご報告をお願いします。

なお、ホームページにも詳しく載せています。



11月の保健行事

11月14日（火） 乳児健診
（0・1・2歳児クラス）