



# 1月のほけんだより



あけましておめでとうございます。みなさん、年末年始のお休みはいかがでしたか？  
昨年、ご家庭での健康管理をはじめ、体調不良時の迅速なお迎えや受診等のご理解、ご協力をいただき、ありがとうございました。  
2025年も鶴ヶ谷はぐくみ保育園の子どもたちにたくさんの笑顔が訪れますように！  
今年もよろしく申し上げます

## 12月の健康状態

12月はインフルエンザ、溶連菌感染症、熱、鼻水、咳、下痢のお子さんがありました。インフルエンザは症状に「高熱」とありますが、個人差で微熱程度の軽症だったり、その日のうちに解熱するケースもあります。保育園は免疫機能が未熟な乳幼児が集団で生活している場です。感染症の流行拡大を最小限にするためにも、感染症が流行している場合や疑わしい場合には速やかに受診し、医師の指示を受けるようにして下さい。よろしくお願いいたします。これからの季節はノロウイルス等の感染性胃腸炎の流行も始まりますので引き続き手洗い、消毒、換気等の感染対策をとっていきます。

園内で感染症が発生した場合は、玄関に感染症についてのお知らせを掲示していますのでご覧ください。

## 発熱後の登園基準について

厚生労働省「保育園における感染症対策ガイドライン」(仙台市衛生管理マニュアルも同様)の内容をお知らせします。入園のしおりにもありますが、当園でも感染対策として以下の基準に沿った対応をしています。ご協力をお願いいたします。

### 登園を控えるのが望ましい場合

- ・24時間以内に、38℃以上の熱が出ていた
- ・24時間以内に解熱剤を使用している
- ・朝から 37.5℃を超えた熱と共に元気がなく機嫌が悪い
- ・食欲がなく朝食、水分が取れていない など



### 保護者の方にご連絡を差し上げる場合

- ・38℃以上の発熱がある(園では通常平熱より1℃以上高い場合にも連絡をします)
- ・元気がなく機嫌が悪い
- ・咳で眠れず目覚める
- ・食欲がなく水分がとれない などになります

# 感染性胃腸炎にご注意ください

感染性胃腸炎とは、ノロウイルスやロタウイルスなどが原因で嘔吐や下痢、発熱などの胃腸炎症状が起きる病気です。酸っぱい臭いがする水のような下痢（レモン～白色）になります。

発熱や嘔吐は1 - 2日で落ち着き、下痢は1週間くらいでよくなると言われています。

嘔吐や便から感染するケースが多いので早めの対応が集団感染の予防につながります。

手洗い・うがいや室内の空気の入換えをしっかりとしましょう。

## 胃腸炎の対応について

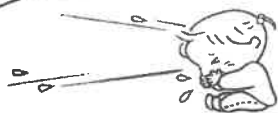
感染性の胃腸炎の場合、突然顔色が変わり嘔吐が始まるケースが多く見られます。吐気が治まるまで様子を見てから、経口補水液などを少量ずつ与えましょう。

### <登園を控えることが望ましい場合>

- ① 24時間以内に複数回の嘔吐や下痢がある
- ② 体温がいつもより高い
- ③ 食欲がなく水分も欲しがらない
- ④ 機嫌が悪いなどです

### <登園のめやす>

嘔吐、下痢などの症状がおさまり全身状態が良く、普段の食事がとれることです。



# インフルエンザについて



インフルエンザ等感染症の診断を受けた場合は、すみやかに園までご連絡頂けますようお願いいたします。また、インフルエンザ発生時には園から仙台市への報告が必要になります。受診した病院や症状などを詳しくお伺いしますので、ご協力をお願いします。（個人が特定されるような報告は行いません）

## インフルエンザとかぜは何が違うの？

かぜは喉の痛み、鼻水、くしゃみ、咳などの症状が中心で全身症状はあまり見られません。

インフルエンザは 38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。

下痢、嘔吐、咳、くしゃみ、喉の痛みなどの症状もみられます。放っておくと周りへの感染を広げるだけでなく、合併症の危険もありますので医療機関を受診しましょう。

## インフルエンザ罹患時の登園停止期間について

「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後3日を経過するまで」

※発熱の始まった日を発症0日目と考えます。

※「解熱した後3日」は、熱の下がった日の次の日が1日目になります。



## インフルエンザかも！？

- ・進行が速い
- ・悪寒や38℃以上の高熱
- ・激しい頭痛や筋肉痛
- ・倦怠感
- ・喉の痛み、咳、嘔吐、下痢