



これからの冬に...

# 気をつけたい 風邪や感染症



寒くなってくると毎年、風邪やインフルエンザが流行してきますね。冬は空気が乾燥しているのですウイルスが舞い上がりやすいので、ウイルスにとっては過ごしやすく、人間にとっては様々な病気に感染しやすい季節なのです。元気に冬を過ごすためにも、感染症の特徴など知っておきましょう！



## ●冬に流行しやすい病気●

冬に流行しやすい3大病気は、ノロウイルス・インフルエンザ・RSウイルスです。

病名	症状	対応
ノロウイルス感染症	ノロウイルスの感染により発症する感染症胃腸炎。嘔吐、下痢、発熱があります。免疫力が下がっている場合や幼児は長引き、重症化することもあるので、気をつけましょう	脱水症状に気をつけ、吐き気を誘わないように少量ずつ水分を与えます。便や吐物を通じて感染するので、嘔吐物をしたあとやおむつ替えのあとはせっけんでよく手を洗い、二次感染を防ぎましょう。
ロタウイルス感染症	ロタウイルスに感染すると嘔吐や下痢が起こり、38℃程度の熱が出ます。一日に4～5回ほど、すっぱい匂いのする黄色がかった白い下痢便が出ます。下痢は一週間ほど続きます。嘔吐は数日で治まります。	くしゃみや咳、たんなどの飛まつで感染するので、感染しないように別室にて看病することをお勧めします。ウイルスは乾燥を好むので、加湿器などで部屋の湿度を高めましょう。
インフルエンザ	原因：飛まつ感染、接触感染 急に38～40℃の高熱が出ます。ひどい悪寒がし、頭痛、咳、鼻水などの風邪の症状が出ます。重度の倦怠感や全身痛が起こります。2～3日で熱は下がりますが、全体症状は一週間ほど続きます。	RSウイルスの感染により発症。鼻水や咳から始まり、ヒューヒューという“ぜん鳴”があるなど呼吸器の症状が強くなります。熱が出ないこともあります。
RSウイルス感染症	RSウイルスの感染により発症。鼻水や咳から始まり、ヒューヒューという“ぜん鳴”があるなど呼吸器の症状が強くなります。熱が出ないこともあります。	早めの受診が肝心です。根本的な治療法がないので、長引かせないように安静にし、医師の指示に従いましょう。

## ●冬の感染症を予防するには？●

### \*手洗い・うがい

手洗いやうがいを習慣にしましょう。うがいができない小さな子どもの場合は、水分補給で口の中を潤すだけでも細菌やウイルスの繁殖を抑えることができるので、帰ってきたら飲み物をあげましょう。

### \*タオルの共有を避ける

手を拭くタオルを経由してウイルスや細菌に感染してしまふことがあります。できるだけタオルは別々に用意し、こまめに取り替え、常に清潔に保っておきましょう。

### \*オムツの処理時の注意

病気の症状が治まった後でも、しばらくの間はウイルスや細菌が便から出ています。使用後はオムツはしっかり密封してから捨てましょう。また、オムツを替えたお母さんたちの手洗いも忘れずにしっかりと行ってください。



2017年度11月 道上保育所(084)962-2024

URL\*<http://michinoue.jp>

- 時間 10:00～11:30
- 対象者 0歳児～就学前の子どもと保護者
- 参加費は無料です※材料費を頂く場合があります。

※水分補給できるもの、汗ふきタオル、戸外の場合は帽子をご持参ください。

※園庭開放や散歩の日に雨天の場合は、屋内で身体を動かしたり、手作りおもちゃを作って遊びます。

ごちりでも、すぐに確認できます

<http://michinouehoikusho.blog.fc2.com/>



# a schedule

※場所・時間をご確認ください  
 表記のないものは道上保育所での開催です。

日	内容
1日 (水)	『楽器遊び』 いろいろな楽器に触れて、簡単な演奏をしましょう！
2日 (木)	『ほっと！お話し会』 お母さんたちの交流 DAY! “ワイワイ・ガヤガヤ” お茶を飲みながら、何でもお話ししましょう。
6日 (月)	『絵本の日』 たくさんのお絵本の中で過ごしましょう！お気に入りの絵本が見つかるかな？
9日 (木)	製作『ショルダーポシェット』 ティッシュBOXを使って簡単に丈夫なポシェットを作りましょう！
10日 (金)	『赤ちゃんの日』 赤ちゃん集まれー！ 癒しの空間の中でふれあい遊びなどをして過ごしましょう。
11日 (土)	『園庭開放』 広い園庭で思いっきり遊びましょう！
15日 (水)	ミニ講座『小物 or おもちゃ作り』 端切れの布を使って小物やおもちゃを作りましょう！ ※お好きな布を持って来られても良いですよ。
16日 (木)	11月の戸外活動『秋の散歩』 保育所の周辺を散歩しましょう！どんぐりや木の実など秋を見つけることが出来るかな？途中、ｽﾊﾟｲﾝﾄというお店でｶｰﾊﾟﾝを買って保育所で食べますよ！ <u>※ｶｰﾊﾟﾝ代：180円</u>
18日 (土)	『園庭開放』 広い園庭で思いっきり遊びましょう！

19日 (日)	『園庭開放&子育て育児相談』 「園庭開放」10:00~15:00 「みちカフェ/育児・子育て相談」10:30~14:00 コーヒーを飲みながらゆったりお話ししましょう 「大人のための体操教室」10:30~ 地域の大人の方に向けた体操教室です！講師：蟹藤寿美子先生
24日 (金)	『親子 de トレジャー&寝相アート』 <u>※要電話予約</u> （上のお子さんを連れていらっしゃる方は、人数・年齢をお伝えください） 〈対象年齢：6か月～1歳0か月・10組限定〉 赤ちゃんをマッサージしながら、お母さんも体を動かしてリフレッシュしてみませんか？寝相アートにも挑戦！どんな寝相アートを撮るかはお楽しみに…！ <u>※バスタオルと水分補給できるものを持ってきてください。</u>
25日 (土)	『園庭開放』 広い園庭で思いっきり遊びましょう！
27日 (月)	クッキング『うどん作り』 <u>※参加費 100円</u> 小麦粉からうどんを作り、美味しいうどんを作りましょう！ <u>※要電話予約(10組限定) 11/20迄</u> <u>※エプロン・三角巾・お椀・箸を持って来て下さい</u>
30日 (木)	身体測定『大きくなったかな？』 身長体重をはかります。

## 子育て相談をしています

【電話相談】18:00~17:00（月～金）

☎(084)962-2024【道上保育所】

困った時にはすぐ電話。  
その場でご相談をお伺いします。

