

朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。一日のうちの寒暖差が激しいと、風邪を引きやすくなります。これからやってくる本格的な冬に向けて、風邪に負けない丈夫な体作りを心掛けましょう。

《冬の感染症》

寒く乾燥する冬は、ウイルスが元気になる季節です。冬の感染症は呼吸器に症状が出やすいのが特徴です。さらに、冬から春先には、ロタウイルスやノロウイルスによる感染性胃腸炎も流行します。十分に気を付け今年の冬を乗り切りましょう。



感染性胃腸炎（ノロ、ロタウイルス）

大人も感染する病気です。

症状：嘔吐、下痢。嘔吐、下痢がひどいと飲食できず、脱水症状を起こす恐れがあります。

感染経路：①吐物、汚物の処理を行った人が空気中のウイルスを吸い込んだ場合。

②吐物、汚物の処理が正しく行われなかった場合。

③感染者が調理を行った場合。など、微量のウイルスで感染、発症するので注意が必要です。

登園基準：嘔吐、下痢症状が治まり、普段の食事が摂れること。

RSウイルス、ヒトメタニューモウイルス感染症

気管支炎や肺炎などを起こすウイルスで、乳幼児期に感染します。今回症状が似ているため、RS、ヒトメタニューモを一緒に掲載します。喉、気管支などにつく呼吸器の感染症です。

症状：咳、熱、鼻水など。特に咳がひどく、一度出ると止まらず、食事ができなったり、眠れなかったりします。また、咳で呼吸困難を起こすことがあります。

登園基準：咳が止まり、食事を食べ、機嫌がよいこと。（普段の生活が送れる）

手足口病

今年に入り警報が出るくらい感染者が多く出ています。

症状：口周囲、口腔内、手、足に発疹ができます。発熱や咳、などの風邪症状が見られることがあります。口腔内に発疹ができると痛くて食べられないことがあります。

登園基準：24時間以内発熱がなく、食事が食べられ、普段の生活が送れる。

インフルエンザ

今年はインフルエンザの感染が10月初旬から見られました。

症状：40℃前後発熱。関節痛、頭痛、鼻水、咳など。

登園基準：熱が出てから5日経過していることと熱が下がってから3日経過していること。

その他：第一予防策は予防接種です。予防接種をすると免疫ができ、症状を軽減することができます。

手洗いを年長組みんなでやってみました

10月22日

～保健活動～

感染症予防を行う手段のひとつに手洗いです。子ども達が普段行っている手洗いで手がきれいになっているか試薬を使用して見てみました。

手を洗う理由を子ども達に聞いてみました？

（なんで手を洗うの？）

・汚いから。

（なんで汚いの？）

・外で何でも触るから、手に見えないばい菌がいっぱいつくから。
・手に付いたばい菌が体の中に入って病気になるから。

（外に出てないけど、トイレに行った後、手を洗うよね。なんで？）

・トイレは汚い。
・お尻拭いたらトイレトーパーにおしっこついて手につくから。
・トイレのスリッパ汚いから触ったら洗う。

（なんでトイレのスリッパ汚いの？）

・だって、床におしっこ落ちてて、踏んでしまうかもしれんから。



実際手洗いやってみました！！



子ども達の手にてんぷんを付け乾かします。



手の甲にもしっかりてんぷんつけます。



いつもの手洗いをします。



最後は、みんなで手洗いの順番を確認しながら終わりました。



洗い残しがあると手が紫色になってしまいます。



洗った手に試薬をつけてこすり合わせます。

子ども達から「トイレのスリッパ」や「お尻拭いたらおしっこが手につく」など面白い意見がたくさん聞かれました。