

# ほけんだより 11月号



令和5年10月31日  
池上わかばこども園

暑かった夏も終わり心地よい季節になりました。  
秋口は昼夜の寒暖差で体調の変化が起きやすく、感染症も流行しやすい時期です。  
毎日を元気に過ごせるよう大人も子供も感染予防に努めていきましょう！



## 気管支を広げるテープについて

気管支拡張テープ(ホクナリンテープともいいます)を貼付して登園する際は、気管支拡張テープがはがれないよう気管支拡張テープの上から別のテープを×印に貼って保護するようご協力をお願いいたします。



集団生活が始まると月に何度も風邪をひき心配な思いをする保護者の方も多いかと思えます。

これは拗らせた風邪が治りきらないまま次の風邪をひくことを繰り返している為です。

風邪のウイルスだけでも数百種類以上…

機嫌が悪く熱が長引く場合は肺炎などを合併していることもありますので受診のほうお願い致します。

2歳くらいからは手洗い・鼻かみの練習をしていきましょう！

また感染症の際は完治し登園する時に**登園許可証**が必要です。提出が無い場合受け入れが出来ない為忘れないようお願い致します。

## アデノウイルス感染症が流行っています

### アデノウイルスとは？

アデノウイルスによる感染症であり喉の痛みや扁桃炎などの呼吸器症状、嘔吐や下痢などの消化器症状、結膜炎など様々な症状を引き起こします。

感染力が非常に強いため、保育園や学校といった集団生活の場で集団感染を起こすこともあります。

目に強い症状が現れる咽頭結膜熱や流行性の結膜炎は夏季に流行しやすいですが、

アデノウイルスは**通年感染がみられる疾患**です。

- 39~40℃の高熱が4~5日続きます。
- 目が赤くなり眼脂(めやに)が出ます。
- 下痢・吐き気・嘔吐を伴うことがあります。



高熱が何日も持続するため不安になるかと思いますが、身体の負担を考え解熱剤を使いすぎないように注意しましょう！

喉に痛みがあるときはジュースや熱い飲み物はしめることがあります。

**冷たい飲み物**(汁物は冷やす)や**りんごジュース**がおすすめです。

また飲み物を摂取することで痰を排出しやすい作用があります。

おうちの方も感染してしまうことがあります。アルコール消毒の効果が薄いのがアデノウイルスの特徴です。タオルの共有は避け、手洗いうがいをこまめにしましょう！