



# ほけんだより2月号



令和7年1月31日  
池上わかばこども園

空気の冷たさを肌で感じたり、白い息を吐いたり、子どもたちは小さな体でまるごと季節を感じながら過ごしています。休みの日には家にこもりがちになりますが、冷たい空気に触れることで自律神経は鍛えられ、病気に負けない体を作ります。天気の良い日は、積極的に外遊びをしましょう。

## 感染性胃腸炎

感染性胃腸炎は冬から春先にかけて流行します。激しい嘔吐の症状が突然現れ、下痢、発熱が続き、とても感染力が強い感染症です。本園でも下痢・嘔吐を訴える子どもが増えています。

症状が軽快しても、  
**おうちでふつう便が出ている**  
ことが確認できてからの  
登園をお願いします。



## インフルエンザ かぜの違い

かぜとインフルエンザの違いはウイルスの種類と症状です。

- **かぜ**は、アデノウイルス、ライノウイルス、RSウイルスなどが原因で、微熱、鼻やのどの痛み、くしゃみ、鼻水、などが主な症状。
- **インフルエンザ**は、インフルエンザウイルスが原因で、40℃前後の高熱、悪寒、のどの痛み、せき、鼻水のほか、関節痛や筋肉痛を伴うのが特徴。

インフルエンザに罹患した場合は必ず園に連絡をお願いします。登園許可証の提出は不要ですが学校保健安全法に則り発症日を0日と数え**発症後5日を経過し、かつ解熱してから3日経過**してからの登園をお願いします。



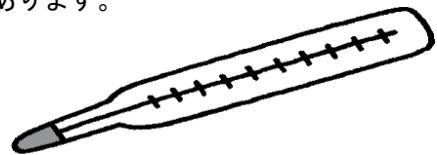
## 予防接種について

予防接種は、自分が病気になるのを防ぐだけでなく、人に感染させてしまうことで園や社会全体にその病気が蔓延するのを防ぎます。また、病気にかかったとしても、重症化を防げる場合もあります。



## 副反応について

副反応の多くは、接種部位の腫れや発熱ですが、まれに命にかかわるものや、重い後遺症を引き起こすものもあります。けいれんや頭痛、嘔吐などの症状がみられたら、早急に医療機関を受診する必要があります。



## 接種後の登園について

予防接種はワクチンを体内に入れ病気に対する免疫をつくるので、弱いながらも病原体が体内に入ることになります。接種後の副反応を考慮し、予防接種はできるだけ土曜日から降園後をお願いいたします。お仕事の都合で登園前に受ける場合は体調の変化がないか**1時間**様子を見ていただき、医師の指示のもと登園してください。登園時には保育士に様子をお伝えください。