



子どもは風邪をひきやすいですが、ひきはじめに無理をすれば、こじらせるもとになり、治りかけのときに無理をすると、ぶり返す原因になります。早めに休ませ、しっかり治すことが大事です。

## 感染症の季節を乗り切りましょう！

### こんなときは、おうちで様子を見ましょう

インフルエンザやRSウイルス感染症、ウイルス性胃腸炎などの感染症が流行しやすい季節になりました。小さな子どもほど、感染症にかかると進行が早く、重症化する

おそれがあります。体調不良のサインがあったら、早めに休ませたほうが早く回復します。無理せず、ご家庭でゆっくり過ごして様子を見てあげてください。

#### 前日から……



#### 24時間以内に

- 1 下痢を繰り返す
- 2 おう吐が何回かあった
- 3 38度以上の熱が出た
- 4 解熱剤を飲んだ
- 5 けいれんを止める薬を使った

どれか1つでも当てはまる場合は、症状が治まったかどうかを見極めたり、体力を回復させたりするためにも様子を見ましょう。

#### 夜間に

- 6 せきが出たり、ゼイゼイしたりして、あまり寝られなかった

熱が出ていなくても、睡眠不足やせきは体力をうばいます。

薬の働きで症状が抑えられているときに無理をすると、ぶり返す危険があります。

#### 朝に……

- 1 体温が37.5度以上
- 2 平熱より1度高い

朝は、通常なら体温が低めです。37.5度を越えている、もしくは平熱より1度高いときは、日中に熱が上がる危険があります。

#### 朝食を食べたら

- 3 吐いた
- 4 下痢した

体の調子が悪くなりつつあるサインかもしれません。

#### ちょっとした変化も見逃さないで

- 目やにがいつもよりひどい
- 皮膚にポツポツがある
- 元気がない、きげんが悪い
- 顔色が悪い、くまができている



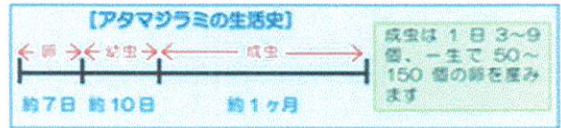
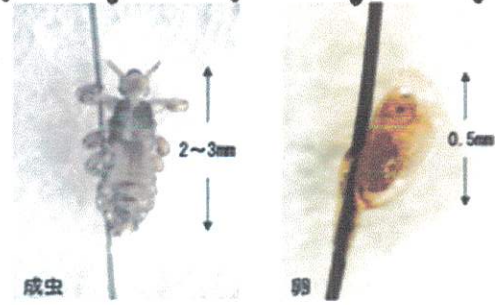
小さな子どもは、体調をうまく伝えられません。「いつもとちがう」サインを見逃さないようにしましょう。気になることがあるときは、朝、登園時に、職員にご相談ください。



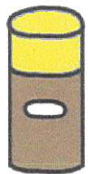


# 頭ジラミ 減ってきました！！ ご協力ありがとうございます

爆発的に増えていた頭ジラミ、終息に向かっています。まだまだ油断はできません。シラミ感染がなくてもスキンシップをとりながら、各家庭で毎日、頭のチェックをお願いします。



体長は3mm程で、白っぽい灰色をしています。頭や耳の後ろに寄生し、髪の毛の根元に卵を産みます。血を吸うと頭がとてもかゆくなります。目視で確認できるので、髪の毛の根元に抜け殻や卵がないか、定期的にチェックしましょう。軽いブラッシングや手で払っても簡単に落ちないのが特徴です。卵は専用の櫛を使うと効果的です。

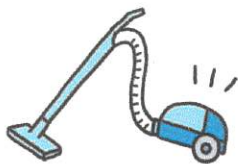


シラミの成虫と幼虫は『スミスリン』という特殊なシャンプーを使います。シャンプーは薬局で購入できます。2~3日に1回使用して駆除します。このシャンプーは卵には効果がありません。卵が孵化して幼虫になり、それを駆除するまでに、だいたい1か月くらいは使用を続けましょう。



布団は毎日干し、枕カバー、シーツ、タオル、下着などは、毎日こまめに取り替えましょう。

また、これらの共用は避けましょう。洗濯する前に乾燥機や熱湯で熱処理し、洗濯後にはアイロンをかけると効果的です。



こまめに部屋の掃除をすることも、家族にうつさないための予防につながります。

掃除機をしっかりとかけて、床に落ちた髪の毛を吸い取りましょう。

## こひつじ保育園 11月の感染症

・頭ジラミ ・流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)1名 ・マイコプラズマ肺炎1名