

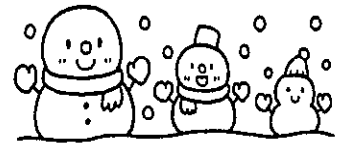
# ほけんだより



平成28年11月30日  
学校法人須磨浦学園  
須磨浦幼稚園

「師走」の本当の語源はよくわかっておらず、「お坊さんが走るほど忙しい」というのは、後から作られた説だそうです。

しかし、12月はイベントが多く、走ってしまうほど忙しいのは今も昔も変わりませんね。お子さんを見て、疲れている様子なら、少しゆっくりする時間を作ってあげてくださいね。



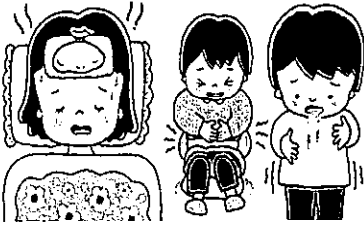
## 症状別

冬に気をつけたい！

# 感染症



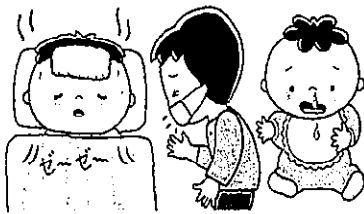
発熱、下痢、嘔吐、脱水  
(重症化した場合) けいれんなど



### ノロウイルス

流行期：11～2月ごろ  
突然、嘔吐し、水っぽい便が出ます。  
軽い熱ですむこともあります。

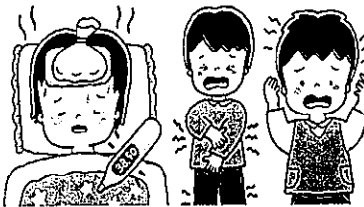
発熱、咳、鼻水、  
ゼーゼーと音がする呼吸など



### RSウイルス

流行期：11～1月ごろ  
感染力が強く、生後2歳までにほとんどの子どもがかかると言われています。  
乳児が感染すると、細気管支炎や肺炎など重症化することもあります。

高熱、頭痛、全身の痛み  
(重症化した場合) けいれん、意識障害など



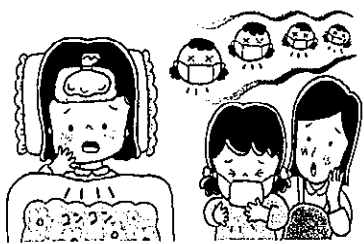
### インフルエンザ

流行期：12～3月ごろ  
急に38度以上の高熱が出て、頭痛や関節痛、筋肉痛など全身の痛みがあります。  
重症化するとインフルエンザ脳症、熱性けいれん、意識障害を起こすこともあります。感染が疑われたらすぐに病院へ行きましょう。

**注意!**

発症日(発熱した日)を0日と数え、5日を経過し、かつ解熱後3日経過するまで登園停止です。

発熱、長く続く咳など

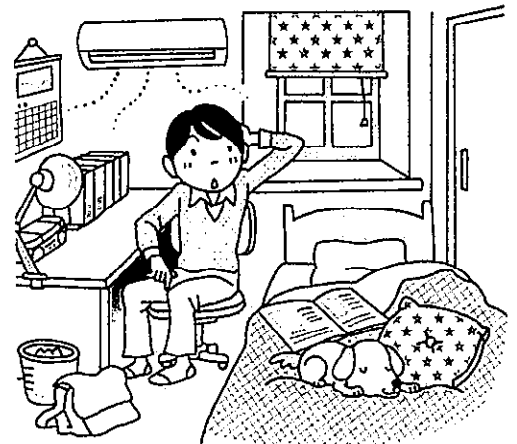


### マイコプラズマ

1年を通して発症例があります(冬にやや増加)  
しつこい咳が特徴。重症化すると肺炎などを起こすこともあります。  
初めはカゼと診断されることもあるので、咳が長引く場合は再受診しましょう。

## 乾燥対策

この部屋にどれを99%する?



### タオル



濡らして部屋に干しておきましょう。

### マスク



のどや鼻の粘膜を乾燥から守ってくれます。

### コップ



冬でも水分補給が大事。飲むのと別に水を入れて置いておくと部屋の加湿にも効果あり。

### 水槽



水が蒸発して加湿の効果あり。