

～ほけんだより 2月号～

<当園での感染症発症について>

1月は、当園で感染症発症はありません(1/24時点)。大阪府ではインフルエンザが注意報レベル以上となっていますが、当園での流行はなく経過しています。

インフルエンザのピークは1月下旬～2月と言われています。そして、インフルエンザB型は2月からが多くなります。

B型はA型に比べて、高熱にならない場合もあり、腹痛や下痢などの症状が起こりやすいです。そのため、ただの風邪と思われることもあります。A・B型共に予防接種を受けてくださっている場合、37.0℃台までの発熱となる事もあります。

体温が平熱より高め、なんだか様子がいつもと違うと感じられたら受診をおすすめします。体温37.5℃以上となれば登園は控えていただき、医師の診察後に登園をお願いします。

---

<冬でもしっかり水分補給をしましょう>

暑い季節は熱中症予防のため、水分補給を意識し、こまめに水分摂取を行うと思います。

寒い時期になると、喉が渇きにくく、水分摂取量が少なくなりがちです。

湿度が低く乾燥が強い時は、のどや鼻の粘膜まで乾燥してしまいます。そうすると、ウイルスや菌を体の外に排出しにくくなり、体内に侵入しやすくなってしまいます。

乳児期は喉の渇きが訴えることが難しく、幼児期は遊びなどに集中すると自発的には水分補給を訴えることは少なくなりがちです。

大人が積極的に水分摂取を促していきましょう。