

厳しい暑さも終わり、すっかり秋になりましたね。食欲の秋、運動の秋、行楽の秋…寒暖差が激しいので体調に気を付けながら、秋を楽しみましょうね。

## 10月の感染状況

アデノウイルス感染症  
…(咽頭結膜熱) 3名

アデノウイルスの咽頭結膜熱(プール熱)が大阪を含め全国的にとっても流行しています。

インフルエンザも流行期を迎えており、10月後半には例年より早い警報レベルを越えています。

以前お知らせした通り、今年度から吹田市の方針で保育園でもクラスで流行した場合はクラス閉鎖となる可能性があります。以下にインフル罹患時の対応を記載しますので、ご確認ください。

また、ご家族が罹患された場合もすみやかにお知らせください。

### <インフルエンザ罹患時の登園目安>

発症後5日間経過し、かつ、解熱して3日間が経過してから

※登園時に医師記入の登園許可証明書が必要となります。他感染症は、症状軽快時に受診して許可書の記入をしていただくようお願いしておりますが、インフルエンザは療養期間の日にちが決まっているので、診断時に医師に記入してもらっても可能です。しかし、上記記載の登園目安をすぎても症状がある場合は軽快時に受診して登園してください。

## 秋・冬の服装についてのお願い

日中は過ごしやすい気候となり、朝晩は肌寒くなってきました。寒くなると、子どもに暖かい服装をと、つい厚着をさせたくなるかもしれません。しかし、子どもは新陳代謝がよく、冬でも汗をかきやすいので、大人よりも薄着を心がけましょう！

※裏起毛の洋服は日中たくさん動く子どもにとっては熱く感じやすい服装です。薄手のトレーナーをご用意ください。

※大人がよく着るヒートテックは、汗をかきやすい子どもは熱がこもりやすくなることや、化学繊維でできているため、子どもは肌荒れや痒みが出る場合がありますのでご注意ください。

本格的な寒さを迎える前から薄着の習慣をつけることで、風邪をひきにくい身体づくりができるといわれています。子どもに最適な服装を選び、元気にこれからの時期過ごしましょう！

## 11月21日は内科健診です

13:30から3階ホールで行います。出来る限り欠席されないようにしてください。全員が終わるのは15時を過ぎる可能性もあります。お迎え時間が早い方は優先的に行っていただきますのでご連絡ください。

## 11月12日は「皮膚の日」

寒くなると空気が乾燥し、乾燥肌が気になります。タオルでゴシゴシと強くこすらず、お風呂上がりには保湿クリームをたっぷり塗りましょう。

すでに肌が乾燥して保育中も痒がる子どもが増えてきています。日中の掻痒感を防ぐためにも朝の登園前にも保湿をよろしくお願ひします。

### ●入浴ポイント

毎日の入浴で体を清潔に保つことは大切ですが、洗浄力の強い石けんやボディソープで洗うと、かえって肌を乾燥させます。洗浄力がゆるやかで刺激の弱い物を少量、よく泡立ててから使いましょう。肌が乾燥気味の時は、タオルを使わず、手で優しく洗う程度で十分です。かゆみが強い時は、ぬるめの湯温で入浴しましょう。

### 乾燥対策のポイント

湿度が50%以下になると、皮膚の乾燥が始まると言われています。加湿器の使用や洗濯物の部屋干しなどで、室内の湿度調節を行い、衣類は通気性がよい物を選びましょう。また、湿度が低いとウイルスの動きは活発になる一方で、鼻や喉の粘膜は乾燥すると防御機能が低下するため、風邪を引きやすくなります。自宅にも温度湿度計を置くなどして乾燥対策をしていきましょう。