

# 9月のほけんだより



令和元年 9月発行

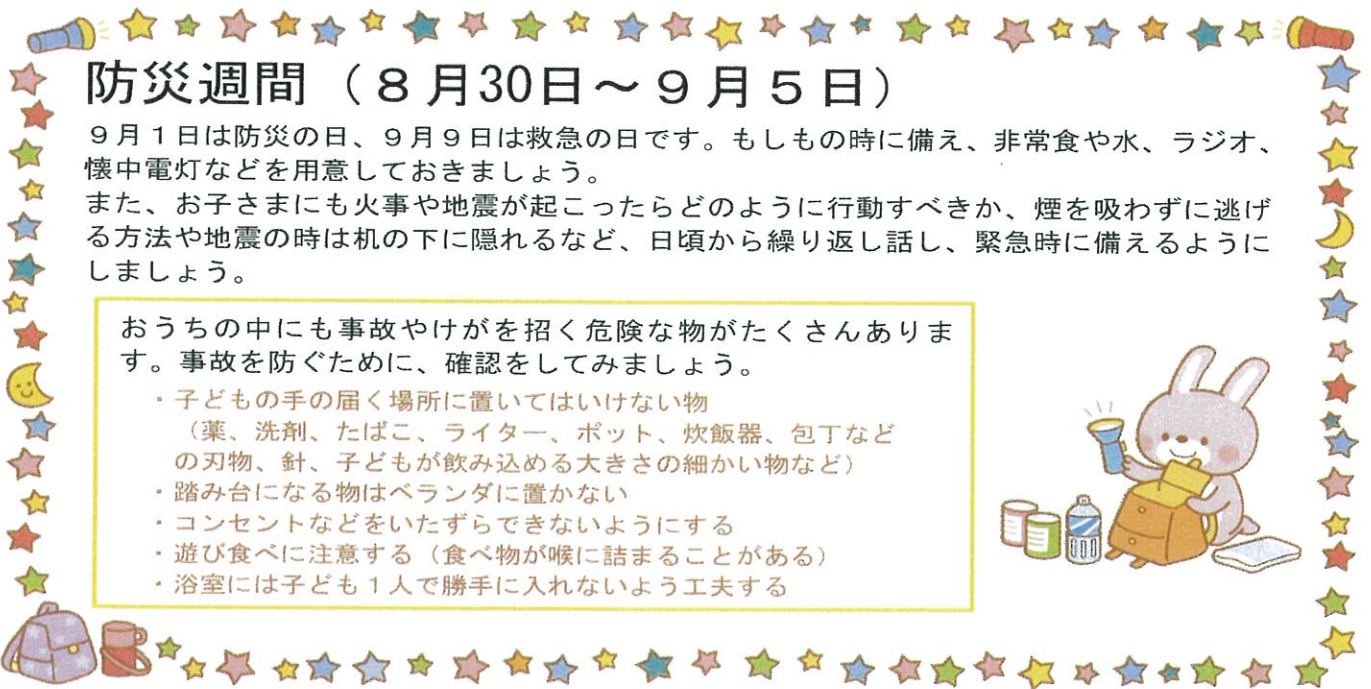
**育心保育園**

**美童保育園**

看護師：比嘉久美子

まだまだ残暑が続きますが、朝夕の涼しい風を感じられるようになってきました。元気いっぱい夏を過ごしている子ども達。そろそろ夏の疲れが出やすくなる時期なので、しっかりと食事をして たっぷり睡眠をとるなど体調崩さないように気を配っていきましょう。

インフルエンザの流行もきかれます。予防が大切です。手洗い・うがい。予防接種がはじまったら早目の接種おねがいします。流行性角結膜炎にも ご注意ください。



## 防災週間（8月30日～9月5日）

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。

また、お子さまにも火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、日頃から繰り返し話し、緊急時に備えるようにしましょう。

おうちの中にも事故やけがを招く危険な物がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- ・ 子どもの手の届く場所に置いてはいけない物  
（薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など）
- ・ 踏み台になる物はベランダに置かない
- ・ コンセントなどをいたずらできないようにする
- ・ 遊び食べに注意する（食べ物が喉に詰まることがある）
- ・ 浴室には子ども1人で勝手に入れないよう工夫する



## 8月のほけん

**育心保育園**

インフルエンザ・・・2名(15日休)

発熱・・・10名(15日休)

結膜炎・・・2名(11日休)

**美童保育園**

発熱・・・14名(34日休)

RSウイルス・・・5名(18日休)

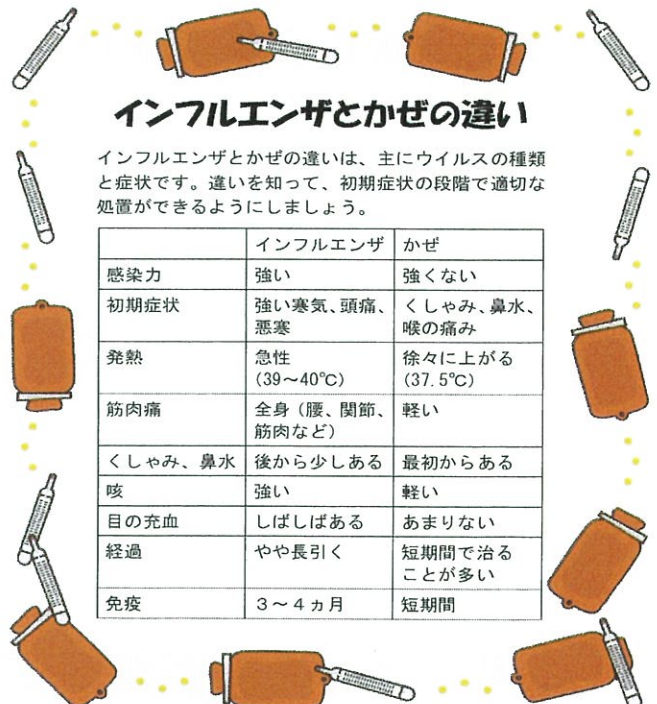
アデノウイルス・・・2名(11日休)

中耳炎・・・1名(2日休)

胃腸炎・・・1名(4日休)

結膜炎・・・1名(4日休)

下痢・・・2名(1日休)



## インフルエンザとかぜの違い

インフルエンザとかぜの違いは、主にウイルスの種類と症状です。違いを知って、初期症状の段階で適切な処置ができるようにしましょう。

	インフルエンザ	かぜ
感染力	強い	強くない
初期症状	強い寒気、頭痛、悪寒	くしゃみ、鼻水、喉の痛み
発熱	急性(39~40℃)	徐々に上がる(37.5℃)
筋肉痛	全身(腰、関節、筋肉など)	軽い
くしゃみ、鼻水	後から少しある	最初からある
咳	強い	軽い
目の充血	しばしばある	あまりない
経過	やや長引く	短期間で治ることが多い
免疫	3~4ヵ月	短期間