

てつなぎ

秋から冬に季節が変わり、朝晩の寒さも厳しくなり、顔に当たる風がピリッと冷たくなってきました。マフラーや手袋といった防寒グッズが活躍する季節です。

年末に向けて、元気に過ごすためにも早起き・早寝朝ごはんの生活リズムで過ごしましょう。



観光地やイベントに賑わいが戻っても束の間、11月初めより新型コロナの感染者数が増加に転じています。日々の感染者数が気になっています。

また、早くもインフルエンザによる市内でも小学校で学級閉鎖が行われたと報道されています。いよいよ新型コロナとインフルエンザの同時流行も現実的になってきました。ワクチン接種など流行に備えていきたいです。

保育園での新型コロナとインフルエンザ、感染性胃腸炎についてお伝えします。

インフルエンザ

原因：インフルエンザウイルス

症状：急な悪寒、高熱、全身のだるさ、関節痛などが起こります
風邪と同様に喉の痛み、鼻水、咳などの症状もみられます

治療：発症から48時間以内に抗インフルエンザ薬を使用します
家庭では水分補給に心掛け安静にしましょう。

予防接種：10月～12月を目安に接種しましょう。

免疫が付くまで約1～2週間、効果が持続するのは約5か月位です。

登園停止期間：発症後5日が経過し、かつ解熱後3日経過していること



インフルエンザ・新型コロナ 両方とも登園許可証はいりません。

新型コロナ

それぞれの登園停止期間、自宅療養期間、待機期間を守って登園してください。

原因：新型コロナウイルス 現在オミクロン株

症状：急な悪寒、高熱、全身のだるさ、関節痛などが起こります。
風邪と同様に喉の痛み、鼻水、咳などの症状もみられます。

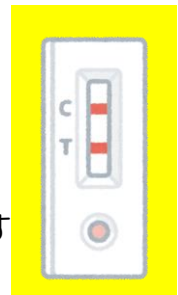
治療：解熱鎮痛剤・去痰剤・咳止め などの対象療法が主流

予防接種：現在オミクロン対応のワクチン接種の予約が始まっています

陽性者：症状あり、発症日を0日として7日間自宅療養 8日目解除

症状なし、検査陽性日を0日として7日間自宅待機 8日目解除

濃厚接触者 陽性者との最終接触日を0日として5日間自宅待機、6日目解除



感染性胃腸炎（ノロウイルス・ロタウイルス）

症状

主な症状は発熱・嘔吐・下痢です。軽い場合には嘔吐・下痢のみのことがあります。ロタウイルスでは、米とぎ汁のような白色下痢がみられることがあります。



家庭でのケア

ロタウイルスは3歳未満、ノロウイルスはすべての年齢で見られます。ロタウイルスに関してはワクチンがあります。感染した場合は脱水にならないように水分補給を心がけます。下痢から回復するのに、3～4日間かかることもあるので、食欲があれば消化のよいものをとります。

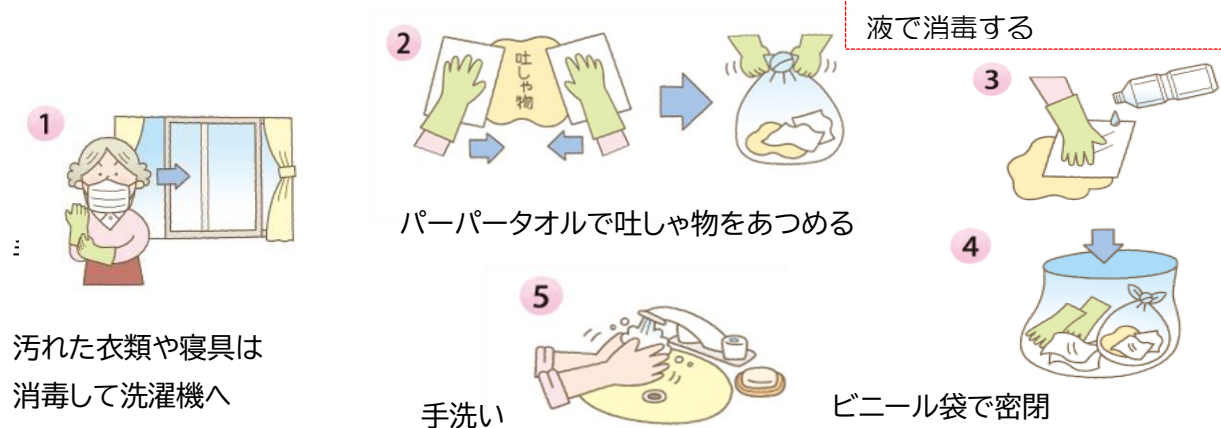
ロタウイルスは予防接種を受ける子どもが多くなり、流行はすることはなくなっています。一方ノロウイルスは数十個のウィルスで発症するのが特徴です。感染を食い止めるのが難しく、毎年保育園で流行しています。下記の吐物や汚れた衣類などは塩素消毒を行って家庭内感染を予防してください。



家庭でできる嘔吐物の処理方法（ノロウイルス対応）

用意するもの ペーパータオル、ビニール手袋（使い捨て）、マスク、ビニール袋数枚、0.1%次亜塩素酸ナトリウム液（水 500ml に塩素系漂白剤をペットボトルのキャップ約2杯）、バケツ

0.1%次亜塩素酸ナトリウム液で消毒する



11月の様子 今月は0.1才児で嘔吐下痢の流行、4才児クラスではコロナによる休園もあり保護者の方には、お忙しい中お仕事の調整をしていただきありがとうございました。コロナに関しては、近隣の保育園や小学校でも休園、学級閉鎖が増えてきています。冬はいろいろな感染症が流行する時期です。少しでも普段の体調と変わりがあるような場合は、無理をせずに自宅療養や病院受診をする事をお勧めします。（山崎 弘美）