



# ほけんだより



年末年始の長いお休み、つい夜更かしをしたりごちそうを食べ過ぎたりと、生活のリズムを崩しやすい時期でもあります。寒くなりつつ雑になってしまいがちですが、きちんと手洗い・うがいをして感染症の予防を心がけましょう。

そして、手を濡れたままにしておくと、しもやけやあかぎれになることがあります。手洗いの後はしっかりと水分を拭き取りましょう。



## 冬に多い感染症 インフルエンザ

### 症状

突然、高熱（39～40℃）が出て、3～4日続きます。倦怠感や食欲不振、関節痛、筋肉痛などの全身症状のほかに咽頭痛や鼻汁、咳の症状が見られます。気管支炎や肺炎、熱性けいれん、急性脳症などの合併症を起こすこともあります。

### 注意点

乳幼児が感染した場合は、発症後5日を経過し、かつ解熱後3日（学童は2日）を経過するまでは出席停止です。

### インフルエンザの出席停止期間

	発症日 (0日)	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発症後1日目に 解熱した場合	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目		登園可能	
発症後3日目に 解熱した場合	発熱			解熱	1日目	2日目	3日目	登園可能

インフルエンザなどの感染症にかかったら必ず保育園にお知らせ下さい。

感染拡大を防ぐためにも登園停止期間は、しっかり守っていただきますようお願いいたします。

感染症は登園届が必要となります。よろしくようお願いいたします。

