



# ほけんだより 2月号

令和6年1月31日  
きたひだまり保育園  
園長 大石雅一  
看護師 高倉文

気温が低く乾燥した日が続いています。2月4日は、暦の上では立春で春を迎える時期とされていますが、一般的に1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。感染症もまだまだ流行っていますので手洗い、換気、咳エチケットで感染予防に努めましょう。

## 感染性胃腸炎が流行する時期です

ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。

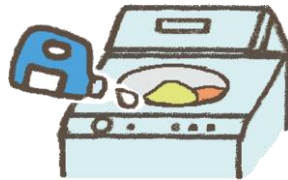
下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片づけ後は、石鹸と流水による手洗いをきちんと行ってください。窓を開けて換気も忘れずに。

### 汚れた衣類は・・・

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



消毒ができれば洗濯機に入れて大丈夫です。



汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう。



## 子供の花粉症の特徴

子どもの花粉症の症状は、大人とは違ってきます。

### くしゃみより鼻づまりが主な症状

子どもの場合はくしゃみがあり出ず、鼻づまりが多い傾向にあります。

保護者の方へ  
呼吸することが多くなっているはずなので、注意深く観察してあげてください。



### 少し粘り気のある鼻水

鼻づまりが主な症状となっている為だと言われています。

大人  
サラサラ

子ども  
サラサラ + ネバネバ



### 目の症状を訴える確率が高い

子どもの場合、目の症状も発症するケースが多いです。頻りに目の周囲をこすったりします。その他、目の充血や目のまわりのむくみなどもよく見られます。

目のまわりのむくみ

目の充血



### 花粉症を見つけるサインを見逃さない

- 鼻を頻りにかいたり、こすったりする。
- 鼻をピクピクさせている。
- 口をモグモグさせ、鼻や口の周囲ををしかめる。
- 鼻をいじり過ぎて、鼻血を出すことがある。

こういった場合は、花粉症を疑ってみましょう。

口の周りをしかめる



鼻をよくこする



監修：ふくおか耳鼻咽喉科 院長 福岡 敬 医師

### 【2月の保健行事】

- 13(火) 0・1・2歳児身体測定
- 14(水) 3・4・5歳児身体測定
- 16(金) 0歳児健診
- 20(火) 口腔衛生指導 (2・5歳児)

### 【1月の感染症】

- インフルエンザA型 1名
- 溶連菌感染症 2名

