

ほけんだより 2月号

令和 8 年 2 月 1 日
きたひだまり保育園
看護師 高倉

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をしっかり行い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。

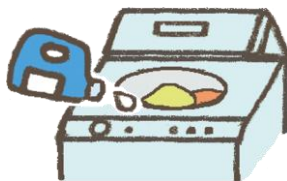
下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片づけ後は、石鹸と流水による手洗いをきちんと行ってください。窓を開けて換気も忘れずに。

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。



消毒ができたなら洗濯機に入れても大丈夫です。



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出ず、鼻づまりが多い傾向にあります。

保護者の方へ

口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。頻繁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

- 鼻を頻繁にかいたり、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



1月の感染症

インフルエンザ B 型	3 名
感染性胃腸炎	1 名



2月の保健行事

17 日 (火)	0.1.2 歳児身体測定
	0 歳児歳児健診
18 日 (水)	3.4.5 歳児身体測定