



# ほけんだより 2月号

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、うが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。

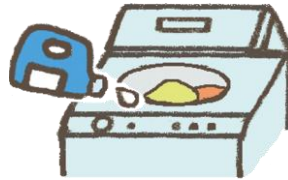
下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片づけ後は、石鹸と流水による手洗いをきちんと行ってください。窓を開けて換気も忘れずに。

### 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。



消毒ができれば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。



## 花粉症対策しましょう

花粉症の時期がやってきました。2月～3月頃は、スギ花粉が多く飛散します。アレルギーのある場合は、早めの対策をしましょう。

### ★チェックしてみよう★

- 水っぽい鼻水が頻繁に出る
- くしゃみが何回も出る
- 目のかゆみや充血がある
- 顔などのかゆみがある
- 発熱はない

上記のような症状が見られる場合は、花粉症が疑われます。小児科や耳鼻科を受診しましょう。



### 2月の保健行事

- 3(火) 身体測定(幼児)
- 4(水) 身体測定(乳児)
- 6(金) ブラッシング指導(5歳児)  
(2歳児は歯のお話)
- 10(火) 保健指導(3.4歳児)
- 17(火) 0歳児健診

### 1月の感染症

- インフルエンザ 2名
- 感染性胃腸炎 2名

