



ほけんだより 2023年 2月



2月になりました。しばらく厳しい寒さが続きます。感染症も引き続き流行する時期です。

改めて毎日の感染症予防対策をお願い致します。

千代田区子ども支援課 看護師 徳永りべか

お子さまの具合が良くない時は家で休ませましょう

毎朝の健康観察をお願いします。

機嫌はいかがですか？

体調が悪い時は機嫌に出ることがあります。子どもは、言葉で自分の体調を伝えることが難しいので、大人がよく観察しましょう。

お熱はありませんか？

どの感染症でも熱がでることが多くみられます。だるそうに動いている、食欲がないなどの症状がある時には熱をはかってみましょう。

顔色はいかがですか？

顔色は良いですか？発熱がないか、検温してみましょう。

下痢はしていませんか？

感染性胃腸炎の流行も見られています。体調が良くなるまでおうちで十分休みましょう。

咳・鼻水はでていませんか？

いつもと比べて足取りが重い、だるそう、というときはどこか具合が悪いかもしれません。



子どもも大人と同じように、寒い日が続くと体調を崩しやすく、体調にも変化がみられます。

毎日のお子様の体調チェックと、ご家族のご健康にもお気を付けください。

現在、流行している主な感染症

インフルエンザ

インフルエンザウイルス感染症の報告数が
増加しています。

新型コロナウイルス感染症と似ている症状があるため、症状がありましたら**必ず受診**をしましょう。

※登園基準がありますのでご確認ください。

感染性胃腸炎

「**おなかの風邪**」と言われることがあり、他の方にも感染する可能性があります。

おう吐・下痢などの症状がありましたら、早めに**受診**をしましょう。

普通に食事ができ、下痢やおう吐症状が良くなるまで**自宅で過ごし、体を休めましょう**。

症状がありましたら早めに**受診**しましょう。



感染症の予防をしっかりと！

～日頃から予防をこころがけ、
元気に冬を過ごしましょう～



- ①手洗い
- ②うがい
- ③換気・加湿
- ④人混みを避ける
- ⑤規則正しい生活
- ⑥栄養のとれた食事 など

日頃の生活で気を付けていきましょう。



～いつもとなにか違う？～



症状が出るときに、子どもは何かしらの
サインを出していることがあります。

いつもより**元気がない**、**食欲がない**、
機嫌がよいくない等、いつもと

「なにか違う」と感じる時は、注意して
子どもを見ていきましょう。



～インフルエンザのこと～

インフルエンザは、普通の風邪よりも症状が重くなることがあり、
また 0、1、2 歳児が罹ると肺炎や脳炎を引き起こす可能性がありますので注意が必要です。
予防接種も効果があると言われています。かかりつけ医師と相談してください。

