

ほけんだより



令和4年度 12月号

早いもので、今年も残り数十日となりました。寒さも一段と厳しくなり、咳や鼻水などの風邪症状の園児も……。これから年末にかけてイベントが盛りだくさんです。引き続き体調管理には十分気を付けていきましょう。

～～～10・11月の感染症情報～～～

- 10月：突発性発疹・・・・・・・・・・1名（あかちゃん組）
- 11月：溶連菌感染症・・・・・・・・・・1名（ペンぎん組）
- 突発性発疹・・・・・・・・・・3名（あかちゃん組）

胃腸炎が流行しやすい季節になりました。胃腸炎は症状（下痢や嘔吐、発熱など）が治まり、普通の食事がしっかり食べられるようになってから登所可能です。主症状が無くなってからも数週間（ウイルスの種類によっては約1ヵ月）便にウイルスが排出されます。トイレの後の手洗いやオムツ交換後の便の処理には十分気をつけてください。

胃腸炎に係わらず嘔吐物や便などで汚れた衣類は感染拡大を防ぐ（二次感染予防の）為、保育所では水洗いや洗濯をせずにお返す場合があります。 家庭での適切な対処・洗濯のご協力お願い致します。

動きやすい服で登所しましょう。

最近の子ども達はとってもおしゃれです。ただ、保育園での服装は「活発に遊べるもの」を考慮して選んで頂きたいと思います。



下着を着る

保湿性・吸湿性を考えると綿100%で半袖のものが望ましいです。キルティングの長袖シャツでは子どもは動きにくく、暑すぎます。

うす着でも平気

保育所は暖房がほぼ1日中使用されているので、裏起毛の衣類は（日中）暑すぎます。着せ過ぎは汗をかいて逆に冷えてしまいます。外に出る時はしっかりした上着（防寒衣）を着て、中は着脱し易い薄手の服装で登所するのが望ましいです。

安全なものを着る

フードや紐はどこかに引掛る恐れがあるので気を付けましょう。チャックやボタンは子どもがひとりで着脱し易いか、安全かどうか家庭で確認してみましょう



休日当番病院のかかりかた



～勤医協札幌病院発行 のびのび通信より～

* 休日当番病院ってナニ？



ほとんどの病院が休みになる土日祝日に診察してくれる病院です。『急な症状』に対してかかりつけ病院の受診までの処方やアドバイスをもらうことになります。休日当番病院は少ない為、待ち時間は長くなりがちで3時間以上待つこともあります。



* 休日当番病院の見つけ方

新聞に掲載されています。スマホなどでは「札幌休日当番」で検索できます。受診について相談したいときは「#7119」または「WEB7119」も利用ができます。受診する病院を見つけたら受診先のHPも見ておきましょう。受付方法や駐車場、事前連絡の有無、検査についてなど大切なお知らせが載っていることがあります。

* 休日当番病院の受診の目安

咳やゼーゼーで眠れない。元気がない。水分が摂れない。おしっこが少ない。痙攣。そんな時は受診しましょう。

保険証、乳幼児受給者証、お薬手帳、母子手帳の他にも待ち時間が長い事を想定してタオルやティッシュ、ビニール袋、着替えを持っていくと良いでしょう。待ち時間の時に間食程度の食べ物やミルクを与える際は受付の際にきちんと確認すること、スマホで動画などを見ながら待つ場合は充電切れにならないよう気を付けてください。

* 休日当番病院でむずかしいこと



薬の長期処方を受けられない事が多いです。休み明け、かかりつけ病院を受診しましょう。また、休日当番病院では予防接種は行えない場合があります。

症状があつて辛いのは大人も子どもも同じです。我慢せずに受診することが必要ですが普段から「急な体調不良について、家庭でのケア方法」をかかりつけ医と確認しておくことも大切です。年末年始はかかりつけ病院も休診の場合があります。今から休日当番病院についてチェックしておくのはどうでしょうか。



お知らせ



今季からインフルエンザに感染した場合医師の意見書を提出しなくてもよくなりました。しかし、出席停止の感染症なのはわかりません。「発症から5日、かつ解熱後3日を経過するまで」は家庭保育をお願いします。

