



# 実のなる木

北区立西ヶ原東保育園  
指定管理者社会福祉法人東萌会  
北区西ヶ原 3-19-11

TEL 03-3918-8251

FAX 03-3918-8259 担当 星野

街のあちらこちらにクリスマスの飾りが見られるようになり、今年のカレンダーも最後の1枚となりました。「寒い」と部屋の中で過ごしたくなりますが、子ども達は外遊びが大好きです。天気の良い日にはできるだけ戸外で体を動かして運動機能を高め、感染症に負けない体を作っていきましょう。今年には沢山の地域のご家族様に、子育て支援活動にご参加いただくことができました。来年もどうぞよろしくお願ひいたします。



## 冬の感染症にご用心！！

気温が下がって空気が乾燥すると、ウイルスが活発になり、感染症が流行しやすくなります。特に呼吸器系の症状が出やすくなったり、インフルエンザやウイルス性胃腸炎が流行し、集団感染したりすることもあります。手洗いや消毒を行い、新型コロナウイルスをはじめ、冬の感染症対策に努めましょう。



### インフルエンザ



- 原因** インフルエンザウイルスによる飛沫感染、接触感染。
- 症状** A型は38℃を超える高熱、B型は微熱や37.5℃位の発熱でも、検査で陽性となることがある。咳、鼻水、くしゃみなどの風邪症状を伴うことが多い。
- 対応** 抗インフルエンザ薬を内服し、安静にする。発症前24時間～発症後3日程度までは最も感染力が強いため、注意が必要。  
小児・未成年者では、急に走り出す、部屋から飛び出そうとする、ウロウロと歩き回る等の異常行動を起こす恐れがある。少なくとも発症から2日間、小児・未成年者を一人にせず、1階で過ごす、窓を閉める等の配慮が必要。
- 登園の目安** 発症した後5日を経過し、かつ解熱した後3日を経過するまで。「登園証明書」が必要。



### 感染性胃腸炎 (ウイルス性胃腸炎)



- 原因** アデノウイルス、ノロウイルス、ロタウイルス等による経口感染、接触感染、空気感染。
- 症状** 突然の激しい嘔吐や下痢。発熱することもある。ロタウイルス感染症は便が白っぽくなる。
- 対応** 吐き気が落ち着いたら、イオン飲料等で少量ずつ水分補給する。症状が消失した後も、便にウイルスの排泄が3週間程続くので、注意が必要。嘔吐物や便から感染することが多いので、手洗いが重要。また、塩素系消毒薬で消毒する。嘔吐物の付着した衣類は、消毒後に他の洗濯物と分けて洗う。
- 登園の目安** 嘔吐、下痢などの症状が治まり、普段の食事がとれる状態。無理をせず休息をとる。「登園許可証」が必要。

## ☆子育て支援活動を行っています☆

子育て支援活動では、活動内容に合わせてZOOMを活用しながら「感触遊びのご案内」や「わらべうたベビーマッサージ」など、近隣の公園の一角をお借りして「おはなし会」や「楽器遊び・リズム遊び」などを実施しています。皆様のご参加をお待ちしています。お気軽にお問合せください。(詳しくは裏面をご覧ください。)

※上記の【冬の感染症】についての育児講座は12/8(木)にZOOMを利用したオンライン形式で行います。



### RSウイルス感染症



- 原因** RSウイルスの感染による。飛沫感染、接触感染。特に1歳未満の乳児に多い。2歳頃までに100%の子どもがかかる。6歳未満の乳幼児が感染すると、呼吸困難や細気管支炎、肺炎などの重症になることがある。
- 症状** 鼻水や咳などの症状から始まり、呼吸時にヒューヒュー、ゼーゼーといった喘息様の音が出る。38℃以上の発熱を伴う。
- 対応** 抗生物質が効かないので、早めに受診し、悪化させない。水分補給や栄養をとり、睡眠をとって安静にする。
- 登園の目安** 呼吸器症状が消失し、全身状態が良くなると。「登園証明書」が必要。