



厳しい寒さの中でも、元気いっぱいな子どもたち。しかし、低温・低湿の冬は、インフルエンザや感染性胃腸炎が流行する季節です。手洗い、うがいなどの感染予防に加え、生活リズムを整えて元気に過ごせるように心掛けていきましょう。



1月15日～21日まで、すみれ組・れんげ組・さくら組を対象に  
ダウンメディアの取り組みとして元気いっぱいチャレンジカードを実施しました。  
今年度もチャレンジカードへのご協力ありがとうございました。

### ～お知らせ～

さくら組で麻疹風疹予防接種がまだお済みでない方は、R8年3月31日までに接種を済ませておきましょう。3月には予防接種の在庫が少なくなるようなので、早めにお済ませください。



## 引き続きインフルエンザが流行しています

出雲圏域においては先月、インフルエンザ流行警報が発表されました。また、新型コロナウイルス感染症も同時流行しており、今後も患者数の増加が考えられますので感染予防をしましょう。あすなろ保育園でも感染拡大防止のため手洗い、うがい、換気、加湿をしっかり行い感染予防に努めていきたいと思います。

### 家庭で出来る感染対策

- こまめな手洗い・手指消毒
- 場面に応じたマスクの着用(病院受診や発熱等の症状がある方でやむを得ず外出する時など)
- こまめな換気(風の通りができるよう2方向の窓を全開にする)
- 十分な休養・栄養・水分補給

発熱の際は病院への受診をお願いします。

インフルエンザと診断された場合は、園にお知らせください。

感染拡大防止のため、細めに換気を行い、体調の変化に注意していきたいと思います

## 感染症の季節を乗り切いましょう！



こんなときは、お家で様子をみましょう

インフルエンザや、胃腸炎などの感染症が流行しやすい季節になりました。体調不良のサインがあったら、早めに休ませた方が早く回復します。無理せず、ご家庭でゆっくり過ごして様子を見てあげてください★

### 24時間以内に…

- ・下痢を繰り返す
  - ・嘔吐が何回かあった
  - ・解熱剤を飲んだ
- 朝に…
- ・体温が37.5度以上
  - ・平熱より1度高い
- 夜間に…
- ・咳が出たり、ゼイゼイしてあまり寝られなかった
- 朝食を食べたら…
- ・吐いた
  - ・下痢をした

どれか1つでも当てはまる場合は症状が治ったかどうか見極めたり、体力を回復させるためにも様子を見ましょう。薬の働きで症状が抑えられているときに無理をすると、ぶり返す危険があります。

## 冬に流行る感染症について（胃腸炎）

冬はウイルスによる胃腸炎のシーズンで、ノロウイルスやロタウイルスがあります。冬から春先にかけて流行する感染性胃腸炎で激しい嘔吐、白く水っぽい下痢などの症状がでます。水分を取りたがらない、おしっこの量が少ない、または半日以上出でない、目の周りがくぼんでいるなどの症状が出たら直ぐに受診しましょう。おもちゃの消毒やオムツ替え後の手洗いも感染予防に効果的です。

