



「キッズケア・しらはま」だより

(2025 年 11 月号)

昼間は過ごしやすいですが、朝晩は冷えこむことが多くなってきました。これからの季節は、秋の紅葉が楽しみな一方で、風邪やインフルエンザの流行が心配になります。たくさん外遊びをして体力をつけ、寒さに負けない体づくりを心がけましょう。

インフルエンザって？

咳やくしゃみ等によって感染が広がる病気で、毎年多くの感染者がでます。悪寒や急な発熱、関節痛に続き下痢や嘔吐、咳、くしゃみなどの全身症状が伴います。インフルエンザの症状かなと思ったら病院受診を行い、医師の診断を受けましょう。

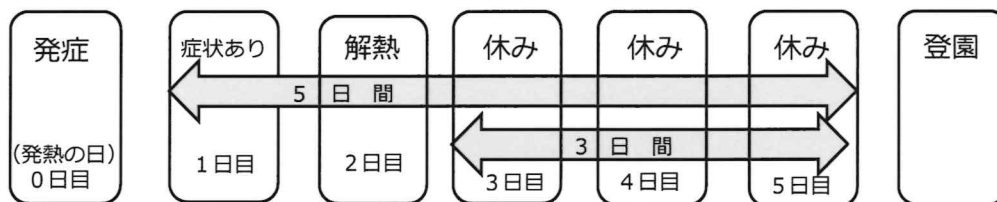
また、インフルエンザの合併症で特に気をつけたいのが、インフルエンザ脳症です。主に5歳以下の子どものに発症します。発症から比較的早い時期にけいれんを起こし、呼びかけに反応しない等の意識障害の他に、急に怒ったり、怯えたり、うわごとを言う言動がみられることもあります。その様な症状が現れたら直ちに病院受診を行いましょう。

インフルエンザの予防について

- ① 外から帰ったら必ず手洗い・うがいをする。
- ② 食事・水分・睡眠をしっかり取る。
- ③ 室温は20℃前後で、湿度は60%くらいを保つ。
- ④ 予防接種をうける。

抵抗力の弱い子どもはインフルエンザにかかると重症になりやすいため、予防接種を受けておくことで安心です。13歳未満の子どもの場合は、1シーズンに2回摂取が標準です。2回目の摂取をしてから2週間以上たたないと効果が現れないので、インフルエンザの流行期に入る12月前に済ませるようにしましょう。アレルギーがある場合は受けられないことがあるので、医師に相談して下さい。

インフルエンザ後の登園再開の目安



インフルエンザ後の登園再開には「発症してから5日たつ」「解熱してから3日たつ」の両方を満たす必要があります。発熱した翌日に解熱した場合でも5日の休みが必要です。発熱した日・解熱した日は日数に含みません。

※小学生は「発症してから5日たつ」「解熱してから2日たつ」ことの両方を満たす必要があります。

キッズケア・しらはまでは、発症日を0日目とし、**3日目以降で全身症状が安定していれば利用可能**とします。ただし、**高熱等、急激な体調の変化が見受けられる場合は、直ちに保護者へ連絡し、お迎えを要請する場合があります。**

【10月の利用状況】

上気道炎で咳が多く出る症状の方が複数名いました。咳が多く出るときは、室内の加湿、ぬるめのお茶等でこまめな水分補給を行いましょう。また、上半身を少し高くして寝かせたり、背中を優しくたたいたりして気道を確保するケアも有効です。

キッズケア・しらはま（定員6名）

【所在地】八幡浜市向灘 3063 番地 【電 話】0894-21-2853 【対 象】生後6ヶ月～小学生6年生

【利用日】月～金曜日 8:00～18:00、土曜日 8:00～12:30

【休 日】日曜日・祝日、年末年始（12/29～1/3）、お盆（8/15）

【利用料】無料（タクシー代・おむつ代等の消耗品の費用は、別途必要となります。）

育児休暇中など自宅でお子様の看護が可能であると判断される場合、利用をお断りすることがありますので、あらかじめご了承ください。詳しくは、お気軽にお問合せください。