



12月のほけんだよ!

社会福祉法人 今川学園
今川学園園長 篠瀬実千代
令和1年12月6日発行

年の瀬を迎え、何かとあわただしい12月。生活リズムが崩れがちで、また感染症もはやる時期です。子どもたちにとっては、クリスマスに冬休みと、お楽しみがいっぱいの月ですが、体調管理には十分気を配っていきましょう。



やけどをしたら・・・

熱いお茶やストーブなど、子どもにとって危険なものはいっぱいあります。

もし誤ってやけどをしてしまったら、落ち着いて対処しましょう

やけどには1度、2度、3度と程度があります。

1度：赤くなり、ひりひりします。

2度：水泡ができ、痛みも強いです

3度：感覚がない。皮膚が黒くこげたり、白く変色したりします。

手足のやけど

水道水で30分くらい、痛みや熱さが感じられなくなるまで冷やします

胸・お腹のやけど

すぐホースで水をかけるか、水ぶろにつけて冷やします。衣服は無理に脱がさずそのまま冷やします。

アロエやみそを塗るなど、民間療法で

よいといわれていることを、

安易に試すのはやめましょう。

細菌感染の原因になることがあり、

症状を悪化させ、長引かせてしまいます。

1度でも広範囲のやけど、2度3度のやけどは病院を受診しましょう



ノロウイルスに要注意!!

ノロウイルスは、冬に多く発生しますが、一年を通して発生するため、注意が必要です。

感染予防のために、次の3つのポイントに注意しましょう!

1. [手洗い] 正しい手洗いを行い、手の汚れをしっかりと洗い流しましょう!

2. [食中毒の予防] 食べ物を調理する際に、熱湯消毒や洗浄、加熱をしっかりと行いましょう!

3. [適切なおう吐物、便の処理] 症状のある人のおう吐物や便を処理する際は要注意! 塩素系消毒薬による正しい処理が重要です。

感染者は症状が回復しても、その後1週間~1か月間、排せつ物とともにウイルスが体外に出るとわれています。発症から1か月ほどは排せつ物に触れないように気をつけ、触れる危険性がある場所は、塩素系消毒剤をしみこませた布などでふくようにしましょう。



「健康の記録」を点検させていただきました。

現在、接種できる予防接種がある子どもさんには個別に接種をお勧めする手紙を配布させて頂きました。

定期接種は接種期間が過ぎてしまうと自費になってしまいます。

予防接種をせず、感染してしまうと重大な後遺症が残る疾患もあります。

現在日本では感染例が少ないワクチンもありますが、国際社会となった今では、どんどん海外から人が来日しています。

その人たちが感染源を運んでくる可能性もあるのです。体調と相談しながら接種期間内に接種しましょう。未接種の方は早めの接種をお勧めします。

また、B型肝炎ワクチンは平成27年4月以前に出生した子どもたちは任意接種になりますが、とても大切な予防接種なので出来る限りの接種をお勧めします。

また、おたふくかぜのワクチンも任意接種にはなりますが、おたふくかぜは、髄膜炎、難聴などの合併症の発症頻度は高いと言われています。合併症を防ぐためにも接種をお勧めします。



せきえちけつ のうた♪

●「どんぐりころころ」のかえうたでうたってね!

1ばん



♪せきとー
くしゃみの
おやくそくー



♪こんこん
するとき
どうするのー?



♪ほいきん
とびちら
ないようにー



♪マスクを
はーめて
えちけつ イエイ!

2ばん



♪せきとー
くしゃみの
おやくそくー



♪マスクが
ないとき
どうするのー?



♪うででー
おくちを
おさえたらー



♪こんこん
くしゃんと
してみてね

平成 25 年度 大阪市立養育所作成

11月29日に3・4・5歳対象にほいきんをやっつけよう!!のお話をしました。
あわあわ手洗い歌や咳エチケットの歌と一緒に歌いながら感染予防の大切さを学びました
11月に配布したほけんだよりにあわあわ手洗いの歌が入っています
咳エチケットの歌とあわせてご家庭でも参考にしてみてください