



12月のほけんだより

令和6年12月9日
社会福祉法人 今川学園
今川学園園長 高野員江

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がいっぱいあります。

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、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、痛みや熱さを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ます

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！！

通常冬場に増えるノロウイルスですが、最近では1年を通して感染が見られるようになりました。大阪府下でも感染性胃腸炎の報告が増えてきています。

ノロウイルスは感染すると、激しい下痢やおう吐、腹痛があり、37度～38度の発熱も伴います。今のところ、感染予防のワクチンや治療薬は開発されていないため、症状が出たら水分を補給しながら回復を待つしかありません。

予防としては、手洗い、うがいです。

手洗いではノロウイルスを殺すことはできませんが、手から洗い流すことができます。

感染者は症状が回復しても、その後1週間～1か月間、排泄物とともにウイルスが体外に出るといわれています。発症から1か月ほどは排泄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。

子どもの耳

子どもの中耳炎は冬に多く、ほとんどは風邪によるものです。子どもの耳は発達途中のため、咳によって鼻やのどにいる細菌やウイルスが、耳の方まで行ってしまふのです。

そのため中耳炎をおこしやすく、再発しやすいのです。

耳を痛がる、耳だれがでる、聞こえが悪いなどの症状があれば耳鼻科に相談しましょう。

重ね着で上手に体温調整しよう

子どもたちが寒くないか心配で、ついモコモコと着ぶくれさせてしまいがちなのこの季節。

けれども子どもたちは代謝が活発なので、

外遊びをすると汗をかいている子も多いです。分厚い1枚を着せるのではなく、重ね着をして、暑さの調整をしましょう

