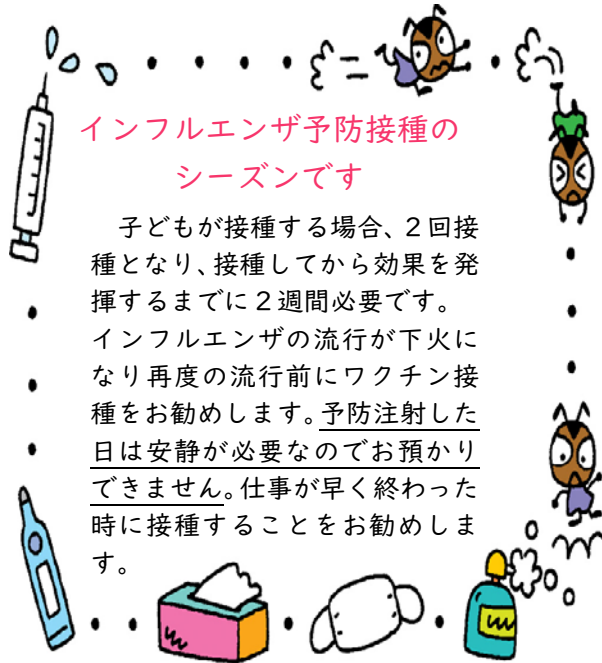


12月の保健だより

R5.11.30
神拝保育園

12月は発表会、お餅つき、クリスマスと楽しいことがたくさんあります。また11月後半から感染症も落ち着きましたが、新型コロナウイルス感染症の流行した3年間はほかの感染が流行しなかったため免疫が低下し感染症にかかりやすくなっています。免疫力をあげるには、適度な運動と休養、ストレスを減らし、免疫細胞を活発にするために体を温めて、腸内環境を整えると効果があるので心がけてのりきりしましょう。

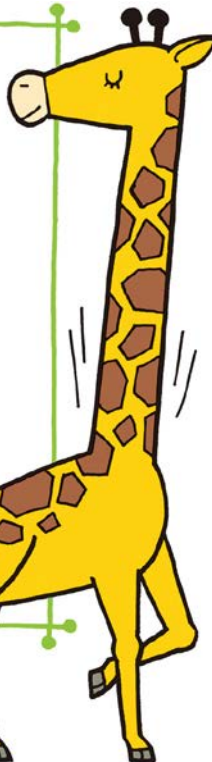


インフルエンザ予防接種の シーズンです

子どもが接種する場合、2回接種となり、接種してから効果を発揮するまでに2週間必要です。インフルエンザの流行が下火になり再度の流行前にワクチン接種をお勧めします。予防注射した日は安静が必要なのでお預かりできません。仕事が早く終わった時に接種することをお勧めします。

背すじピン!

寒いとつい背中を丸めてしまいますね。それでは、心臓や胃、腸などが活発に働いてくれません。乳幼児期は背骨や、背骨を支える筋肉が発達する大切な時期。強い骨と筋肉を作る為にも良い姿勢で過ごすことを心がけましょう。



溶連菌感染症

～合併症に気を付けましょう～

(症状)溶連菌感染症では、38～39度の高い熱が出て、のどが痛みます。

(診断)のどの検査で診断がついたら抗菌薬を飲んで治療します。

薬を飲み始めると1～2日で熱が下がり症状は落ち着いてきますが薬は最後まで飲み切りましょう。治療が不十分な場合には、腎炎などの合併症の可能性がありま

(登園のめやす)

抗菌薬を飲み始めてから主治医が指示する時間が経過していること。保護者が記入する登園届を持参することが、登園の目安です。昼食後の抗菌薬と与薬お願ひ用紙に記入捺印して手渡ししてください。



アレルギーとは限らない蕁麻疹

蕁麻疹は食物アレルギーと思われがちですが、風邪をひいて体調が悪い時、疲れている時、気温が急に下がった時に起こることがあるといわれますが、原因不明のことが多いです。保育中に蕁麻疹が出た場合、保護者の方に症状をお知らせいたします。かかりつけの病院で対応方法を確認しましょう。

