



# 1月の保健だより

R6.1.9



神拝保育園

子どもたちの明るい笑顔とともに新しい年がスタートしました。これからは寒さも一段と厳しくなりますが、‘子どもは風の子’元気に体を動かし冬ならではの楽しい遊びを取り入れて、風邪などひかないように、健康面に十分気を付けたいと思っています。本年もどうぞよろしくお祈りいたします。

12月は新型コロナウイルス感染症・インフルエンザ感染症・溶連菌感染症に罹患したお子さまがいました。そこで今月は、新型コロナウイルス感染症等の発熱に伴って起こる可能性があるけいれんの対応についてお知らせいたします。

## けいれん（ひきつけ）を起こしたとき

生後6か月から5才の子どもに多く、インフルエンザ、突発性発疹などにかかり熱が上がる際に多くみられるけいれんのことを熱性けいれんと言います。起こった時は、呼吸がしやすいように衣類を緩め、吐いた物がのどに詰まらないように、身体全体を横に向けましょう。

### 観察のポイント

- ① まず慌てず落ち着いて様子を見てください。
- ② 気付いた時間は？
- ③ 熱は、目つきは、手足の動きは、吐き気は？
- ④ けいれんは何分ぐらい続いたか？

### しばらく様子を見ましょう

(診療時間中にお医者さんへ)

- けいれんが1回だけで数分以内
- 目を開けて周囲の呼びかけに反応したり泣いたりする など

### すぐお医者さんへ

- 初めておこしたけいれんが、5分以上続いたとき
- いったん止まっても繰り返す
- 激しい嘔吐をとまなう など

※詳しくは『こどもの救急対応マニュアル 三重県』で検索してください。

### 保育園で預かる薬について

保育園では、昼に飲む必要があると医師が判断した薬のみ、おあずかりしています。

与薬依頼票について

- ★ 毎日記入
- ★ 職員に手渡し
- ★ 捺印や記入漏れがないように

特に記入漏れや直接手渡しが無い場合も、飲ませることができません。ご了承ください。

### 朝ごはん食べていますか！

「朝ごはんを食べる習慣がない」「時間がない」「食べたがらない」などの理由で朝食を食べないで登園するお子さまがいます。

朝ごはんを食べていないと...

- エネルギー不足
- 眠気動けない
- 集中力不足

- ★ 夕飯を30分はやく食べ寝る時間を早くする。
- ★ 簡単に作れるおにぎりやオムレツにすると手軽で食べやすく栄養価も高まる。
- ★ そのまま食べられるチーズや果物を用意しておけば、時間も手間もかかりません。
- ★ 好きなものをプラスすると食べやすい。

