

ほけんだより 11月号

令和7年11月 篠岡保育園

11月は祝日や県民の日などのお休みもあり、楽しい休日を過ごせた一方で、インフルエンザなど冬の感染症も流行り出し、体調を崩しやすい時期になります。予防接種を受けたり、手洗い・うがいを徹底したり、規則正しい生活を心がけて、感染症に負けない、元気な体を作りましょう。

警報発令中！ インフルエンザ

インフルエンザとかぜは何が違うの？

- ◎かぜは、喉の痛み、鼻水、くしゃみ、咳などの症状が中心で、全身症状はあまり見られません。
- ◎インフルエンザは、**38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛**など、全身の症状が突然現れます。また、かぜと同様に、喉の痛み、鼻水、咳などの症状も見られます。

検査のタイミングはいつがベスト？

- ・発症から12時間以内は、ウイルス量が少なく偽陰性と出る可能性が高い。
- ・発症から48時間以降は、ウイルス排出量が減少し検査の感度が低い。
- ・したがって…

『発熱後12時間～48時間の間が最も効果的な検査タイミング』

インフルエンザ出席停止早見表

発熱期間	0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
2日間	発熱	発熱	発熱なし	発熱なし	発熱なし	発熱なし	登園可能			
3日間	発熱	発熱	発熱	発熱なし	発熱なし	発熱なし	登園可能			
4日間	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱なし	発熱なし	登園可能			
5日間	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱なし	登園可能			
6日間	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	登園可能	登園可能		

…発熱
 …発熱なし
 …登園可能
 ※発熱初日と解熱した日は発熱期間に含まれます。

©minacolor

《登園禁止期間》

**発症後5日(発症日は0日) かつ
解熱後3日(解熱日は発熱にカウント)**

これから流行る！？ 感染性胃腸炎

原因ウイルス：ノロウイルス、ロタウイルス

症状：吐き気、嘔吐、下痢、腹痛

ここに注意！

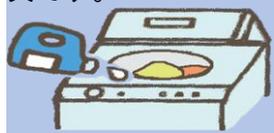
- ・下痢や嘔吐で体内の水分が急激に失われるため、脱水にならないようにこまめに水分補給をしましょう。
- ・吐物や便にはウイルスが含まれているので、適切に処理し、片付け後は、手洗い・うがいをきちんと行いましょう。
- ・ロタウイルス胃腸炎の下痢便は、白っぽく、酸っぱい臭いがあるのが特徴です。

汚れた服は…

①85℃の熱湯に1分以上漬けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



②消毒が出来たら洗濯機に入れても大丈夫です。



③汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう。



11月の

感染症報告

☆**インフルエンザ**に罹患する子がみられました(A型が多い)。

❖通常A型が落ち着いてくるとB型が流行する傾向にあるため、引き続き感染対策をお願いします。一度罹患した方も別の型にかかることもあるため、予防接種を受けることが推奨されています。