



ほけんだより

平成 30 年 2 月 1 日発行
もみの木保育園
看護師 緒方美沙希

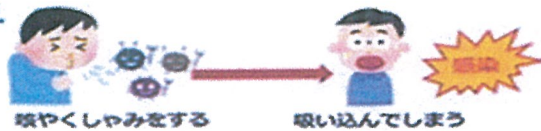


寒さも厳しくなってきましたね。暦では2月4日が立春となっていますが、まだまだ寒い日が続きます。保育園でもインフルエンザ等の感染症や風邪で体調を崩す子も出てきています。園でも手洗い・うがいはしていますが、十分な睡眠やバランスのよい食事をしっかり摂ることで免疫力も高まります。みんなで元気にこの冬を乗り越えましょう。

インフルエンザ感染を広げないために

インフルエンザの感染経路

飛沫感染



接触感染



園では子供にも害のない次亜塩素水で、園児がよくさわる場所の消毒を行っています。

A型 B型 C型

		
ウイルスが変異しやすく、たくさんのタイプが存在します。毎年少しずつ変化しながら世界中で季節性の流行を引き起こします。	ウイルスが変異しにくく、限られたタイプしか存在しません。そのため、ワクチンによる予防が効果的です。A型ほどの流行は起こしません。症状はA型よりやや軽いとされています。	表面を覆う突起の性質が左二つの型と大きく違うため、ウイルスとしての特徴もかなり異なっています。大きな流行は起こさないので、ワクチンの対象から外されています。

園ではインフルエンザ B 型の感染者が確認されています。B 型は気管支系、消化器系の症状を起こしやすい傾向にあり、また A 型のように熱が出ないこともあります。(インフルエンザに気づきにくい。) インフルエンザの検査は発症後 12 時間経過していないと陽性が出ないこともあります。感染を広げないためにも医療機関を受診し、症状が現れてから 12 時間経過後、検査を受けることをお勧めします。

県内のインフルエンザの患者報告数は
1, 678人、
1 医療機関あたりの患者数が 28.93人
となりました。(1/1~1/7)
今後、県内において大きな流行を迎える可能性があります

- 咳が出るときはマスクを着用しましょう。*咳エチケット!!
- こまめな「手洗い」「うがい」「手指消毒」をしましょう。
- 栄養と休養を十分にとりましょう。
- 室内では加湿(50~60%の湿度の維持)と換気をよくしましょう

