

ほけんだより 5月



新緑のさわやかな季節となりました。元気に外で遊ぶには、最高の時期です。5月は、ゴールデンウィークがあり、どこかに出かけたくと思いますが、日頃、保育園で過ごす時間が長い分、休みの日は子どもにとって、精神的にも身体的にもゆったりと過ごせる時間です。時には、のんびりと家庭内で楽しみましょう。

マスク効果と飛沫感染対策

ウイルスは、小さいのに、マスクをしていれば感染しないの？
*人の飛沫に含まれるウイルスはマスクをすれば防御効果がある。

部屋の加湿や換気が感染防御になるのは？
*飛沫は乾燥で水分が減って浮遊するので、窓から出す。

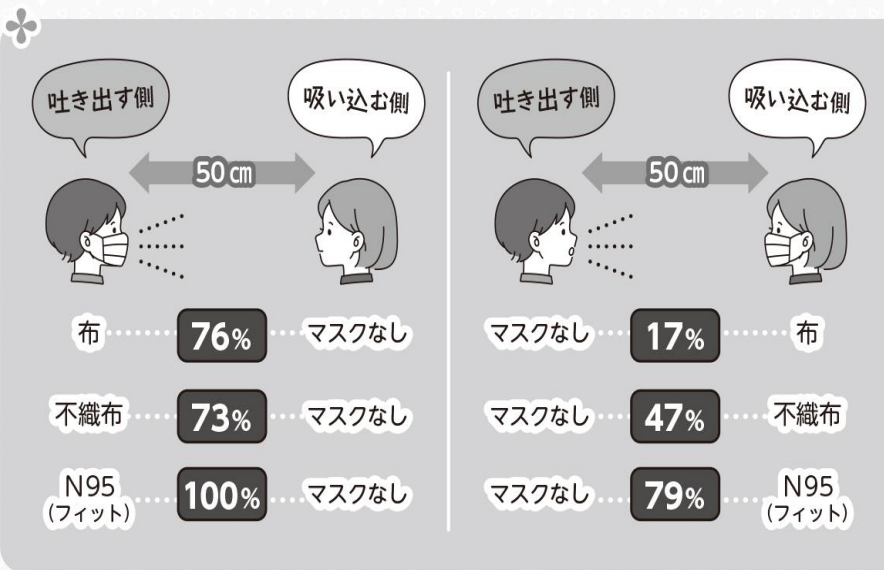
マスクは1日中つけないといけないの？
*感染の恐れがあるときだけでよい。



マスクを捨てる時は、ゴムの所を持ち袋に入れてゴミ箱に捨てましょう。



吐き出す側のマスクの着用が、ウイルスの吸い込み防止に、より効果があることが示されました。



手足口病



※ これから流行する感染症、手足口病について。

- ①潜伏期間：3～6日間です。排泄された便から感染することもあります。
- ②症状：初期「指、手のひら、足の裏、唇や頬の内側、舌などに発疹が出て食欲がおちる事があります。
- ③感染期間：唾液へのウイルスの排泄は1週間ぐらいですが、糞便への排泄は発症から数週間持続するので、おむつ交換時注意が必要です。おむつ交換の後は、よく手を洗いましょう。
- ④登園基準：出席停止はないですが、受診し診断が必要になります。熱がなく、食欲があれば登園可能です。
- ⑤合併症：脳炎、髄膜炎等

✿✿ 爪切りをしましょう ✿✿



爪は、できれば1週間に1回は切るようにしましょう。子どもの爪が伸びすぎると、思わぬけがを引き起こす原因になることもあります。

例えば・・

- ・爪が何かに引っかかって、割れたり、はがれたりする。
- ・遊んでいるときに、お友達を引っかいてけがをさせてしまう
- ・顔や体がかゆいときに、爪でかいた部分を傷つけてしまう。