



## こんぺいとう 病児室たより R7年12月第5号

### 登録利用児募集中



早いもので今年もあと1ヶ月となりました。クリスマスや年末年始など楽しいイベントがいっぱいです。感染症も流行する時期ですが、手洗いうがい、生活リズムを整えてイベントを楽しみましょう。

### 感染症の季節を乗り越えましょう！

冬の感染症、インフルエンザ、RSウイルス感染症、ウイルス性胃腸炎などの感染症が流行しやすい季節となりました。特にインフルエンザは急速に感染が拡大しています。小さい子どもほど感染症にかかると進行が早く、重症化する恐れもあります。体調不良のサインがあったら早めに休ませて、しっかり治しましょう。

#### <前日から>

- 下痢を繰り返す
- 嘔吐が何回かあった
- 38度以上の熱が出た
- 解熱剤を飲んだ
- 夜間、咳が出てあまり眠れなかった

#### <朝に>

- 体温が37.5度以上
  - 朝食食べたらずい吐いた
  - のどの痛み、鼻水、咳等の症状がある
- いつもと違うと感じたら、無理せずにゆっくり過ごして様子を見ましょう。



#### ちょっとした変化

- ・目やにがひどい
- ・皮膚に発疹がある
- ・元気がない、機嫌が悪い
- ・顔色が悪い
- ・くまができています

### 窓を開けて換気をしましょう!!

寒い日でも、感染予防のためお部屋の換気は必要です。短い時間でこまめにするのが効果的。ただし、せっかくの温かい空気が全部逃げてしまうのは勿体ないので、掃除の際や日差しのある時間帯を活用し、窓は風の入り口、出口の2ヵ所を半開きにし風通しの良い流れを作りましょう。換気装置が付いた暖房機でも時々窓を開けましょう。換気時間においては、1時間あたり5~10分程度が目安とされています。また、10分1回行うよりも、こまめに5分を2回行う方が効果的です。



### 皮膚のスキンケア

空気が乾燥しはじめて、お肌がカサカサしてピリピリしたり痒くなってつらい思いをしていませんか。湿度が50%以下になると、皮膚の乾燥が始まると言われています。子どもの皮膚は、大人の約半分の厚さしかなく、皮脂の分泌も少ないため水分を保持する力が弱いのが特徴です。

#### <皮膚の役割>

- ・様々な刺激から守ってくれる
- ・体温調節
- ・触覚や温度変化のセンサー
- ・水分喪失を防いで乾燥予防

#### <スキンケアの基本>

- 「清潔」「保湿」「保護」
- 体を洗うときは、泡で優しく洗いましょう。
- お風呂上りに全身の保湿

\* 皮膚に赤みや湿疹が出た場合は早めに受診し、子どもたちの皮膚を守りましょう。



### <<病児保育の様子>>

10月11月の利用者は3名 病名：気管支炎・新型コロナ感染症でした。

何回か利用しているお友達は、久しぶりでも、どこに何があるのか覚えていてくれて、ままごとやトランポリンなど楽しんでいました。学校での出来事など、楽しそうに教えてくれる姿に成長してる～と嬉しくなりました。病児保育なので、またね！とは言えませんが、必要な時に利用するからこそ子どもたちの成長を感じられる病児保育です。2025年お世話になりました。新年もよろしくお願いいたします。

### <<県内感染症発生動向>> (11月26日現在)

村山保健所インフルエンザ数：800名

最上地区インフルエンザ：363名 どちらも警報レベルです。

県内コロナ感染者数：76名 最上地区コロナ感染症：5名

リンゴ病やマイコプラズマ肺炎にも気を付けましょう。



これからの時期、病児利用児が増加傾向にあります。急な発熱や体調不良、万が一の安心のため、ご予約をお勧めします。(キャンセル可能)

元気に新年を迎えましょう。



NPO法人

オープンハウスこんぺいとう病児保育室

利用時間 8:30~17:30