



# ほけんだより 10月号



おひさま岡町保育園 2024. 9. 30

酷暑だった夏も過ぎて、日差しも和らぎ、心地よく外で遊べるようになりました。もうすぐ待ちに待った運動会です。幼児は民舞や竹馬、なわとびやのぼり棒に挑戦し、毎日取り組むことで「できた！」に出会い、嬉しい気持ちでいっぱいです。お話の世界を楽しみながら先生やお友だちと「一緒！」が嬉しい乳児のこどもたち。日々楽しみながら進んでいるこどもたちが素敵です。

季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあるので、手洗い・うがいなどの感染予防はもちろん、食事や睡眠を充実させ、免疫を維持し、みんなで元気に運動会を迎えられたらと思います。

## インフルエンザの予防接種をしましょう

通常大人は1シーズンで1回ですが、子どもの場合は2回接種が標準です。接種してから、2週間以上たたないと効果が現れないため12月の流行期に入る前にすませるようにしましょう。

インフルエンザと診断された場合、発熱した日を0日とし、解熱後3日を経過し、かつ発症後5日が経過するまでは登園停止になります。登園時には「登園届」が必要になります。

### 《インフルエンザ登園停止期間早見表》

0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
発熱	解熱	×	×	×	×	登園OK			
発熱	発熱	解熱	×	×	×	登園OK			
発熱	発熱	発熱	解熱	×	×	×	登園OK		
発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	×	×	×	登園OK	
発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	×	×	×	登園OK

## インフルエンザの特徴

- 飛沫感染…くしゃみ・咳でうつる: **咳エチケットを心がけましょう。**
- 接触感染…鼻水や唾液のついた手から目や口、鼻の粘膜からうつる: **手を洗いましょう。**
- 低温、低湿で感染力上昇: **気温や湿度に気をつけましょう。湿度は60%以上が理想です。**
- 感染力が強力: **免疫力を落とさないように、規則正しい生活を心がけましょう。**
- アルコールに弱い: **手指消毒のアルコールでかぶれる方は手を洗いましょう。**
- 重症化すると小児は脳炎、脳症になりやすい: **予防接種をしておきましょう。**

## 9月の感染状況

乳児：RSウイルス感染症 3名 ヘルパンギーナ 1名 溶連菌感染症疑い 1名  
幼児：溶連菌感染症 2名

## 溶連菌感染症

喉の痛みから始まり、頭痛、体のだるさなど、かぜの症状と同時に38~39℃の高熱が出ます。発熱から2~3日経つと、首や胸、手首、足首に粟粒状の発疹が現れて強いかゆみを伴い、やがて全身に広がります。同時に、舌にイチゴ状の小さくて赤いブツブツとした発疹が現れます。

抗生物質を10日から2週間程服用します。発症から5日程経つと、熱も下がり、発疹や喉の痛みも治まります。登園は抗生物質内服後24~48時間経過しており解熱していれば大丈夫です。登園届の提出をお願いします。※2~3週間後の尿検査も必ず受けましょう

## 松岡先生の学習会

『内科健診って何を診ているの?』  
って聞いてみました!

厚生労働省は年2回の内科健診の実施が決められています。豊中市では乳児は年4回、幼児は年2回の内科健診が推奨されており、当園もそれに準じています。

• 視診、触診：頭、顔、四肢、体幹、性器が正常かどうかを診ます。園での発育測定の数値やその子の成長と発達の経過を踏まえて、必要なアドバイスや観察点を伝えています。医療の介入が必要な場合は受診をするようお伝えしています。



• 聴診：心音と呼吸音の聴取をしています。経過を診て必要があれば受診勧奨しています。

※日頃の子どもの姿で気になることがありましたら、職員に伝えてください。



## 10月の予定

- 1~4日 発育測定(全園児)
- 10日 10:00~ 幼児内科健診

欠席の方は1か月以内に嘱託医のならばこどもクリニックに健診を受けに行ってください。



# せい(生・性)のおはなし

## いもタッチわるいタッチ～実践編

ひまわり組でも読んだ絵本「はじめに聞いてね、こちょこちょもんきー！同意と境界、はじめの一步」をあじさい組の実践編で使いました。

「やってもいいですか？」と相手の気持ちを確認してから行動する。自分の「いや」の気持ちを伝える。この2点を体験！にこにこ笑顔で楽しんでいましたが「いや！を言う時、笑ってたら伝わる？どんな顔で言う？」と聞くと「いやです！止めてください！」と怒り顔からのすぐに笑顔。「いや！って言っても触ってきたらどうする？」とNO(拒否)GO(逃げる)TELL(信頼できる大人に言う)も合わせて伝えました。

自分の感じた「いや！」を行動に移すには普段から「いや！」を否定されては行動にいたりません。普段の「いや！」を大切にしたいですね。



あじさい組

## 感染予防の基本・手洗い

幼児クラス（なのはな組、あじさい組、ひまわり組）で手洗いの指導をしました。手洗いは感染予防の基本なので毎年行っています。

なのはな組では、水だけで洗った担任の手に魔法の水を振りかけると、真っ黒に！！「うわ～」「くさ～い」と眉間に皺を寄せていました。絵本のあらいくんのように指の間や爪の先もしっかり洗いピカピカの手になりました。

あじさい組とひまわり組では汚れに見立てたクリームを塗り、ブラックライトを用いて自分の普段の洗い方での洗い残しをチェック。「まだ残ってる！」「手首忘れたー」と焦って洗いに行く子もいました。正しい手洗いの方法を意識して洗うことが習慣化していければと思っています。



なのはな組

ひまわり組

あじさい組  
クリームを塗った手はブラックライトで青く光ります。

