



2025/2/1 厚生館保育園

2月3日は「節分」です。本来、「季節の変わり目」の意味で、季節が変わる「節目」を指しています。昔は季節の分かれ目に邪気が入りやすいと考えられており、宮中行事の「追儺(ついな)」(厄や災難を祓い清める、鬼のお面をかぶった人を弓矢で追い払う)と邪気を追い払う「豆打ち」が合わさったものが「豆まき」の由来とされています。

今年の冬は、雨がほとんど降らず、湿度が低いことで、ウイルスの活動も活発です。感染症もまだ流行する可能性がありますので、ご家庭でも手洗い、うがい、咳エチケットで感染予防をしましょう！！

感染性胃腸炎が流行する季節です！！



○感染性胃腸炎とは？

主にウイルスなどの微生物を原因とする胃腸炎の総称です。

原因となるウイルスには、「ノロウイルス」「ロタウイルス」「サポウイルス」「アデノウイルス」などがおり、症状は腹痛・下痢・嘔吐・発熱です。「ロタウイルス」「アデノウイルス」による胃腸炎は、乳幼児に多く見られますが、「ロタウイルス」を予防するワクチンを接種するお子さんが増えたことで、かなり感染率が下がったようです。

ノロウイルス・ロタウイルスによる感染性胃腸炎

1~2日の潜伏期間を経て、典型的には、吐き気・嘔吐・下痢・腹痛と37°C台の発熱が見られます。（症状の程度には個人差があります。）ノロウイルスを原因とする場合、症状が続く期間は1~2日と短期間ですが、ロタウイルスを原因とする場合は5~6日持続することもあります。また、ロタウイルスによる感染性胃腸炎の場合は、便が白色になることもあります。

くしゃみ、鼻水♪

あれっ もしかして…と思ったら “花粉症”



花粉症とは

体の中には、悪いものが入って来た時に攻撃してくれる「免疫」という働きがあります。花粉症は、この免疫が花粉に対して過剰に反応しておこる「アレルギー」です。花粉症になると、くしゃみや鼻水、涙…がたくさん出ます。

カゼとの違いは？

カゼの原因は細菌やウイルス。免疫が弱っていると病原菌を攻撃できず体の中で増殖します。

ところが、花粉症などのアレルギーの場合は、免疫が頑張りすぎて、本当はそれほど体に悪くないもの（例えば花粉）まで攻撃してしまいます。

①くしゃみが続けて何回も出る	②水っぽい鼻水がどんどん出てくる	③鼻づまりが酷い両方の鼻がつまる	④目が赤い、かゆい	⑤熱はないあっても微熱
⑥晴れた日や風の強い日に外出すると症状が悪化する	⑦のどがかゆいピリピリする	⑧涙が出る、目ややにが増えた	⑨症状が1週間を超えて続いている	⑩毎年同じ時期に症状が出る



あてはまつた数が8~10 高	あてはまつた数が5~7 中	あてはまつた数が4以下 低
特に①～④すべてに当てはまる人は可能性が高いです。生活に支障が出るような場合は、お医者さんに診てもらいましょう。	くしゃみが止まらない、目がかゆい…そんな場合は花粉症かも？マスクなどで対策すると、楽になるかもしれません。	目のかゆみなどがなく、熱が高かったりする場合は花粉症ではなくカゼの可能性が。ゆっくり体を休めましょう。

1月の感染症

インフルエンザ A型:5名 溶連菌感染症:7名

インフルエンザ A型の流行が収束して来ると、今度は B型が流行してきます。

○インフルエンザ B型の特徴

- ・消化器症状：腹痛、下痢、嘔吐
- ・二峰性発熱：一度下がった熱が1～2日後に再び上がる
- ・長引く倦怠感：熱が下がっても体がだるく、本調子に戻らない
- ・微熱からのスタート：最初から高熱が出ず、徐々にあがる

○子どもに多い、消化器症状と二峰性発熱

子どもの場合、特に注意するのが「お腹の症状」と「熱のぶり返し」B型インフルエンザが腸管内でも増殖しやすいため、発熱よりも先に激しい腹痛や嘔吐が出現することがあります。そのため最初は胃腸炎と思い込み、検査を受けずに過ごしてしまうケースもあります。

また、「二峰性発熱」も子どもに良くみられる特徴、薬を飲んで熱が下がり、子どもが元気に遊び始めたので、「もう治った」と判断したら、当日の午後にまた熱が上がるのがB型でよくあるパターンです。

2月保健行事

3日（火）身体測定 0.1才児クラス 5日（木）身体測定 2～5才児クラス 16日（月）0才児健診
ベビーマッサージ・育児相談 13日・20日・27日（金）です。