



2月のほけんだより



令和5年
1月31日発行
うずも保育園
看護師
木之内美穂

2月3日は節分です。当日は子どもたちの「鬼は外！福は内！」の元気な豆まきの声が聞こえてきます。感染性胃腸炎が流行しています。子どもたちの中にいるウイルスや細菌が全て体の外に出ていきますように、そして成長とともに子どもたちが丈夫で健康な体になるように祈っています。



子どもが吐いたら……

ここを確認！

- おなかを痛がったり、下痢をしていないか？
- 食べすぎや飲みすぎはなかったか？
- 吐く前に食べたものは何だったか？
- 吐く前に頭やおなかを打っていないか？
- 熱はないか？

吐いた後ぐったりしている、機嫌が悪いなど、様子によっては急いで受診しましょう！

何度も吐き続けるときは……

- 食べ物や飲み物を与えず、安静にする
- 吐いたものが気管に入らないように、上体を起こすか、顔を横に向けて寝かせる

吐き気が治まったら……

- さゆや麦茶、野菜スープなどを、ひと口ずつゆっくり飲ませる

冬場に多い おう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症状になると危険です。何よりもまず水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

おう吐・下痢のケア

牛乳 × ジュース ×

子ども用イオン飲料や湯冷ましを少しずつ、こまめに与える

おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る

2月3日は節分の日

豆まきは楽しい行事ですが、いり豆は窒息の原因となりやすい食べ物です。のどにつまらせたり、くだけた豆が気管に入り、誤嚥を生じることがあります。3歳ごろまでは食べさせないようにしましょう。くだいた豆や、ピーナッツも危険です。また、家の中にまいた豆を拾って口に入れないように注意しましょう。



歯科検診のお知らせ

2月16日（木）9：00～

当日お休みすると、後日囑託医に個人で受診していただくこととなりますので、なるべく欠席のないようご協力をお願いします。

当日は歯磨きをしてから、登園してください。歯科医への質問、相談等が

ありましたら担任へお知らせ下さい。

