

# ほけんだより 2月 がつ

令和4年2月1日発行  
いなぎのぞみ保育園

2月に入り暦の上では春を迎えました。新型コロナウイルス感染症の発症報告数が著しく増加しており、いなぎのぞみ保育園でも一部休園をさせていただいています。ご迷惑をおかけしております。今まで以上に感染対策に力を入れていきたいと思っております。また、最近では子どもの花粉症も増えています。小さい子は症状やつらさを言葉で伝えることが難しいので、鼻水やくしゃみなどの症状が目立つときには早めの受診をおすすめします。

## 感染症発生と拡大防止へのご協力のおねがい

感染者発生で、ご心配をおかけしています。お子さんや、ご家族が体調不良の時には早めに受診していただけますようお願いいたします。また、保育園にもご報告ください。

- ・体温37.5℃以上の場合はお預かりができません。
- ・お預かり後に37.5℃以上の発熱を認めた場合はお迎えのご連絡をさせていただきます。
- ・発熱がなくても、咳・鼻水や下痢・嘔吐の症状があるときにはお迎えのご連絡をさせていただくことがあります。



### 冬の感染症予防のポイント！



#### 1. 冬場でも窓を開けて効果的な換気を

冬も空気の入替えのために換気が大切。窓と出入口を開けて2方向の換気が有効と言われています。寒くても、1時間に5～10分間の換気をしましょう。保育園は常時換気しています。

#### 2. 石けんで手洗い

アルコール消毒はコロナ予防やインフルエンザ予防に効果的ですが、残念ながらノロウイルスなどの胃腸炎には効きません。石けんを使ってこまめに手洗いをしましょう。

#### 3. のどと鼻の乾燥を防ぎましょう

冷たい風が鼻や気管に入ると咳や鼻水が出やすくなります。また、冬は空気が乾燥しているので咳が止まらなくなることも増えるかもしれません。のどや鼻を乾燥させないように、こまめに水分を摂ることが大切です。

## コロナとインフルエンザのちがい…

初期症状がよく似ている風邪、インフルエンザ、新型コロナウイルス。よく比較してみると、少しずつ違いがあることがわかります。症状があるときは、早めに医療機関に相談するようにしましょう。

### 予防策は基本的には同じ！

症状に少しずつ違いはありますが、予防策は基本的には同じです。保育園でも十分気を付けていきたいと思っています。ご協力よろしく願いいたします。

- ★こまめな手洗い ★朝の検温 ★マスクを正しく装着
- ★顔（鼻や口）を触らない ★人との距離をあげる
- ★鼻をかんだティッシュはすぐにゴミ箱へ
- ★規則正しい生活リズム

### 症状はどう違う？

#### 「新型コロナ」「かぜ」「インフルエンザ」

| 症状      | 新型コロナウイルス感染症 | かぜ    | インフルエンザ |
|---------|--------------|-------|---------|
| 発熱      | 平熱～高熱        | 平熱～微熱 | 高熱      |
| せき      | ◎            | ◎     | ◎       |
| のどの痛み   | ◎            | ◎     | ◎       |
| 息切れ     | ◎            | ×     | ×       |
| だるさ     | ◎            | ◎     | ◎       |
| 関節痛・筋肉痛 | ◎            | ×     | ◎       |
| 鼻水      | △            | ◎     | ◎       |
| <しゃみ    | ×            | ◎     | ×       |
| 頭痛      | ◎            | ◎     | ◎       |
| 下痢      | △            | ×     | ◎       |

◎:頻度が高い ◎:よくある △:ときどきある ×:あまりない

