



暖冬の影響で、1月中旬は日中暖かい日が続いていましたが、ここ数日は冷たい風が吹き、雪もちらつく日も出てきました。保育園近くの中学校では、インフルエンザが猛威を振るっており、学年閉鎖となっています。まだまだ、感染症対策が必要な時期ではありますが、今年は暖冬の影響で、2月中旬より花粉の飛散も予測されています。花粉症と風邪症状は似ていますが、治療薬は異なります。症状が気になる場合は、小児科や耳鼻咽喉科などで相談しましょう。

子どもの花粉症について

こんなサインに注意

大人の病気と思われがちですが、5~9歳では13.7%、10~19歳では31.4%もの子どもが花粉症だというデータがあります。花粉症の症状があっても、熱がないなら大丈夫、と油断しがちですが、花粉症の症状がずっと続くと不快だけでなく、さまざまな問題を招くおそれがあります。

花粉症の三大症状

くしゃみが出る

鼻水・鼻づまりが続く

目をこする

●口をいつも開けている

しつこい鼻づまりのために、口呼吸になります。乾いた空気が口からのどに入るため、風邪などをひきやすくなるおそれがあります。

●なかなか寝ない

●日中元気がない、きげんが悪い

息苦しさのために、よく眠れなくなります。そのため、昼間に元気に遊べなかったり、きげんが悪くなったりします。小学生になると、授業に集中できないなどの問題が起こってくることも。



花粉と接する機会を減らそう

花粉症対策は、花粉に触れないようにすること。花粉に接する機会が多いほど、花粉症になる可能性が高くなります。花粉が増えるシーズンは、治療と予防をかねて、身の周りの花粉との接触を減らしましょう。

花粉を家に持ち込まないために

外干ししない

花粉が多く飛ぶシーズンは、洗濯物を外に干すのを控えましょう。

玄関で脱ぐ

外から帰ったら、コート類は玄関で脱いでつるすなど、室内に花粉を持ち込まないようにしましょう。

服からも取り除く

衣類をはたくと、花粉が舞い散って逆効果です。粘着テープなどで取り除く、花粉がつきにくいツルツルの素材の上着を選ぶなどがおすすめです。



この時期になると、鼻水がなかなか収まらず、咳やくしゃみをしている子も多く見られます。感染症対策として、咳が続く3歳児クラス以上のお子様には、マスクの装着をお願いしていることもありますので、ご了承下さい。お家でも下記の項目をご参考に、せきエチケットについてお話していただければと思います。

せきエチケットを教えましょう

鼻や口を覆わずにせきやくしゃみをする
と、ウイルスの入った飛沫を拡散させること
になります。マスクをしていないときは、手
ではなく、ハンカチやティッシュペーパー、
何もなければそでで口元を覆うことを教え
ましょう。

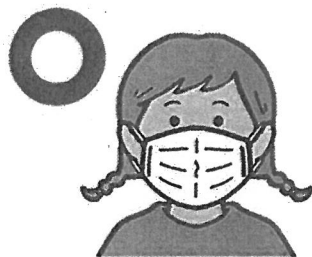
※2歳未満の子どもは呼吸機能が未熟なため、マスク着
用は推奨されていません。



何もしないでせきやくしゃ
みをする



せきやくしゃみを手で押さ
える



正しくマスクをつけ、口鼻を覆う



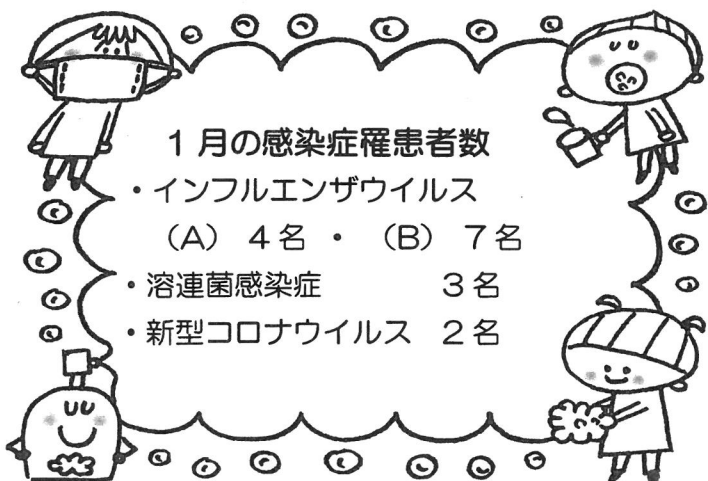
ハンカチやティッシュペーパーで
口鼻を押さえる



そでやひじの内側で口鼻を押さえ
る

【お知らせ】

2月中旬頃に予防接種調査票をご返却します。ふじ・あか・もも・き・みどりぐみの保護者様は様式を変更していますので、母子手帳を参考に内容に誤りがないか、また追記があればご記入の上、再度園まで提出をよろしくお願い致します。しろぐみの保護者様は、形式変更がございませんので、追記があればご記入の上、再提出をよろしくお願い致します。



2月の保健行事予定

5日(月) 身体測定 0・1・2歳児
6日(火) 身体測定 3・4・5歳児

