

2月は平年より暖かいようです。このままインフルエンザも消え去ってくれば良いのですが…雨が少なく、乾燥した日が続く為、呼吸器系やアレルギーの病気を持っている人は辛い気候です。マスクで加湿したり、全身を保湿したりして、快適に過ごしましょう。



あけぼのトピックス



ここへきて停滞した感のあるインフルエンザですが、あけぼのの園児は感染者5名です。ご家族の感染報告が多いようです。寒気の再来で再燃するかもしれません。発熱、嘔吐や下痢、腹痛などの子が、ちらほらいます。保育園は、1人胃腸炎の子がいるだけで、一気に感染拡大してしまいます。「大丈夫」と自己判断せず、必ず受診し、他の子にうつさないかどうか、医師の診断を仰いでください。そして、登園時に受診結果を必ず伝えてください。保育園にはいろんなお子さんがいます。健康状態も様々です。ちょっとしたことが重症につながることもあります。保育園で集団生活を営む一員として、ご協力ください。

咳エチケット



インフルエンザ予防の要、それは「手洗い」と「咳エチケット」です。是非、こどもたちに「咳エチケットをしている姿」を見せてあげてください。

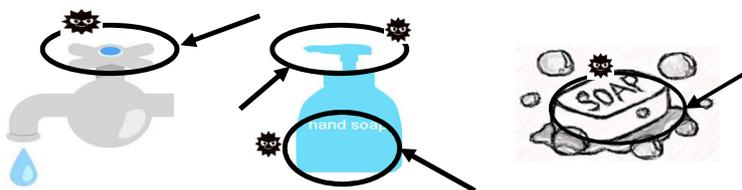
くしゃみをすると、1回あたり約4万個の分泌液が飛びます。咳では約3,000個です。そして、最長4m飛び、45分間、空中に残っています。この中に大量のウイルスが入っています。そして半減するのに、10秒ものもあれば、10分以上もかかるものもあります。咳やくしゃみをしている時は、マスクをして、周囲にまき散らさないことが大切です。



咳エチケットはマスクが正解！無い時は、ティッシュで口元を覆い、できるだけ早く手を洗いましょう。使用後のマスクやティッシュはすぐに捨てられるよう、ゴミ袋を持ち歩きましょう。ポケットなどへ入れっぱなしにしていると、そこでバイキンが増えてしまいます。マスクもティッシュも無い場合は洋服の袖で押さえます。袖についたバイキンが周囲の人や物につかないよう気を付けてください。そこから接触感染で広がります。また、手で押さえてしまった場合は、すぐに手を洗いましょう。

手はバイキンの運び屋さん

感染症予防の要は、なんといっても手洗いです。自分の手がどのように動いたか、どこを触ったかを考え、常にバイキンの受け渡しをしているということを意識しましょう。



水痘にご注意ください

都の福祉保健局によると、昨年12月から水痘患者報告数が都の注意基準を超え、流行の可能性があり注意するように報告がありました。

- 水痘とは、水痘-帯状疱疹ウイルスによる感染症で、一般には「みずぼうそう」として知られています。帯状疱疹は、水痘と同じウイルスによって発症します。
- 感染経路は、咳やくしゃみなどのしぶきに含まれていたウイルスが空気中に漂い、そのウイルスを吸い込むことによる空気感染、ウイルスが含まれる咳やくしゃみなどのしぶきを吸い込むことによる飛まつ感染、ウイルスが付着した手で口や鼻に触れることによる接触感染があります。
- 有効な予防法は予防接種です。



～2月号、いかがでしたか～



保育園という集団生活を営む上で、感染症拡大防止はとても大切です。手洗いや消毒はもちろん、症状があった場合は必ず受診し、医師の指示を仰ぎ、早めに対処することが重要です。あけぼののこどもたちの健康を守る一員として、ご協力ください。