



インフルエンザ		かぜ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
38～40℃	熱	37～38℃くらい
大流行することも	感染	インフルエンザと比べると感染率は低い
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症 など	合併症	安静を守ればひどくなることは少ない



インフルエンザでは、発症後5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園をお休みします

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、脱水症になると危険です。子どもの様子を見ながら水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

おう吐・下痢のケア



吐き気が治ったら、子ども用イオン飲料やお茶、スープなど、飲める物を少量ずつ飲ませる



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

～子どものスキンケアについて～

みずみずしく見える0・1・2歳児の肌は、大人よりも表面を覆っている皮膚が薄く、乾燥しやすいです。バリア機能も低く、汚れや汗などの刺激ですぐ荒れたり、かぶれたりすることもあります。

厚着や暖房で体を温めすぎて、冬にあせもの症状がみられるお子さんが増えています。冬は寒さで、血行が良くないため湿疹が治りにくいと言われます。こまめに、日常的なケアをしましょう。



予防には

- 厚着をさせない。
- 室温の調節をこまめにする。
- 汗をかいたらふき、着替える。
- 毎日入浴して、肌を清潔にする。



スキンケアのポイント



①たっぷり保湿

お風呂上がりは保湿をしましょう。肌に湿り気があるうちに塗ると効果的です。

②清潔を保つ

汚れがついていたら、きれいにふきましょう。石鹸は泡立てて優しく洗います。

③刺激を少なくする

直接肌に触れる衣服は、綿繊維がおすすめです。ポリエステルなどの合成繊維は静電気を起こしやすいため、皮膚を刺激してかゆみの原因になります。

汗をかいていないか
こまめにチェック
しましょう

