

# ほけんだより 2月号



2026年1月30日  
ひいらぎこども園  
園長 中田 純子

2月3日は節分です。子どもたちが作った豆（新聞紙やボールなど）で「鬼は外！ 福は内！」の元気な豆まきの声が聞こえてきます。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。



## コンコンッ！ 咳のかぜ、ひいていませんか？

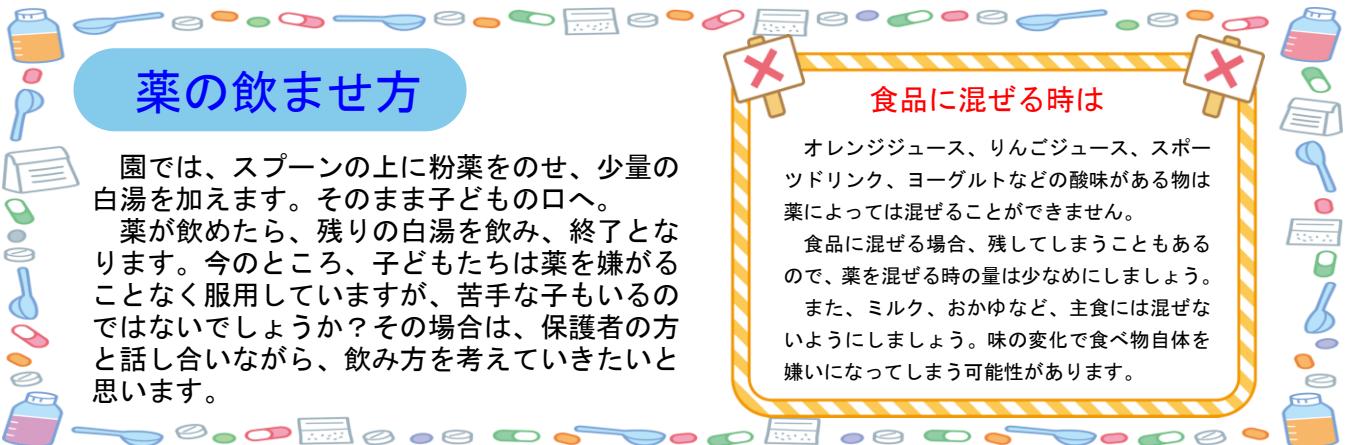
寒さが深まり、あちこちから咳が聞こえてきます。乾燥が原因の咳もありますが、ウイルス性のものは飛沫感染によって広がっていきます。咳エチケットを守り、咳が出ている時はマスクを着用しましょう。

※発熱した場合は、いったん熱が下がった場合でも、医療機関を受診してからの登園をお願いします。  
ご家族の方が療養中の場合、感染拡大防止の観点から出来るだけ家庭保育にご協力をお願いします。



インフルエンザの場合…発症した後5日、かつ熱が下がった後3日間は登園停止です。  
新型コロナウイルス感染症…発症した後5日、かつ症状が軽快した後1日は登園停止です。

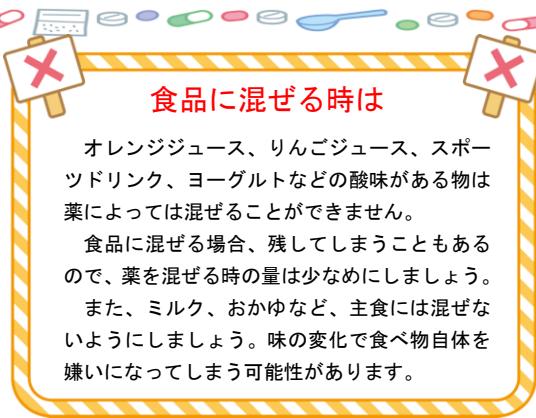
また、感染症と診断されなかった場合でも、発熱・嘔吐・下痢の症状がある場合は、症状がなくなってから24時間経過後の登園をお願いします。



### 薬の飲ませ方

園では、スプーンの上に粉薬をのせ、少量の白湯を加えます。そのまま子どもの口へ。

薬が飲めたら、残りの白湯を飲み、終了となります。今のところ、子どもたちは薬を嫌がることなく服用していますが、苦手な子もいるのではないかでしょうか？その場合は、保護者の方と話し合いながら、飲み方を考えていきたいと思います。



### 食品に混ぜる時は

オレンジジュース、りんごジュース、スポーツドリンク、ヨーグルトなどの酸味がある物は薬によっては混ぜることができません。

食品に混ぜる場合、残してしまうこともあるので、薬を混ぜる時の量は少なめにしましょう。

また、ミルク、おかゆなど、主食には混ぜないようにしましょう。味の変化で食べ物自体を嫌いになってしまふ可能性があります。

### 感染性胃腸炎

ノロウイルス・ロタウイルス・カンピロバクター・アデノウイルス等、多彩な病原体が関わっています。嘔吐・下痢などの症状が出ている間は家庭保育にご協力ください。

#### ●吐いた後の処理は…

嘔吐物は感染者から半径2m飛び散ると考えられているので、広範囲をきれいに拭き取って消毒してください。

〈消毒液の作り方〉市販されている家庭用塩素系漂白剤（ハイター等）を用いた消毒液

500mlペットボトルにキャップ2杯分の塩素系漂白剤を入れ、ペットボトルいっぱいになるまで水を注ぎ入れる。

※便や嘔吐物が直接ついた場所や物を消毒する場合

### やけどに注意！

ほとんどが生活の身近な場面で起きています。テーブルの上のお味噌汁、コーヒー、カップ麺、ストーブ、ポット、ホットプレート、ヘアアイロン、ホットカーペット等。やけどの応急手当は、10~20分流水で冷やす。水ぶくれは感染の恐れがあるため潰さない。傷が深そうなら、すぐに医療機関の受診をお願いします。

