

# ぱおぱお ニュース

## < 病気の豆知識 >

### 今月は… 『インフルエンザ』です

インフルエンザウイルスが、咳やくしゃみによってうつる飛沫感染です。感染力が高く、短期間で膨大な数の人に感染が広がります。

潜伏期間は1～2日です。

#### < 典型的な症状の経過 >

突然の高熱、頭痛、関節痛、全身倦怠感などに始まり、遅れて鼻水、咳、嘔吐下痢などが現れます。数日で熱は下がりますが、再び発熱することもあります。一週間を過ぎると症状も落ち着き、

ほとんどのの方が軽快していきます。

#### < ホームケア >

##### 水分補給、食事

熱があるときは食欲がなくなるので、イオン飲料など水分だけでもしっかりととりましょう。高熱のときでもゼリーやプリンは食べやすいようです。食欲が出てきたら消化がよく口当たりのよいものを少しずつとりましょう。水分もとれず、おしっこが減ってきたら受診をお勧めします。

##### 入浴

寒気があったり、ぐったりしている時は避けましょう。入浴する場合は短時間で疲れないようにしましょう。

##### 安静と十分な睡眠

感染力が強いため、家族の中でもうつります。可能でしたら治るまでは生活する部屋や時間を変えるなど工夫しましょう。安静と十分な睡眠はとても大切です。

#### < 登園・登校のめやす >

出席停止期間は

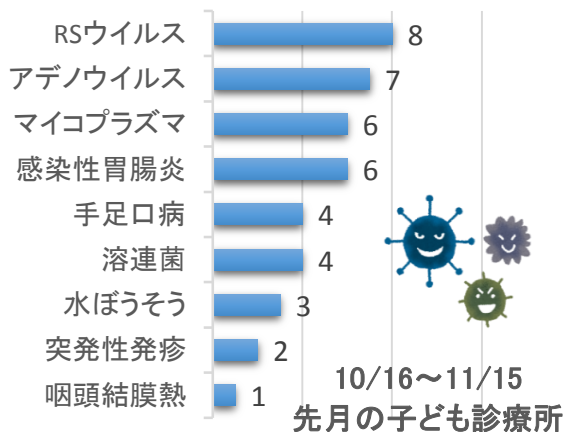
『発症後5日(発症日は0日)を経過し、かつ、解熱後2日(就学前のお子さんは3日)経過するまで』

と決められています。熱が下がっても2日経過するまでは家庭内で安静にすごし、外遊びは控えましょう。

#### インフルエンザの予防には!



## < 感染症情報 >



#### 子ども診療所では…

・インフルエンザは今のところ出ていませんが、徐々に近づいてきている予感です…。

#### 病児保育室ぱおぱおでは…

・入室予約は比較的落ち着いていました。入室のお子さんは、発熱、のどの赤みなどの症状のお子さんたちでした。

・インフルエンザA型とB型の入室は、同室とさせていただきます。ご了承ください。マスクの着用をお願いします。

・乾燥による肌荒れが目立ってきました。

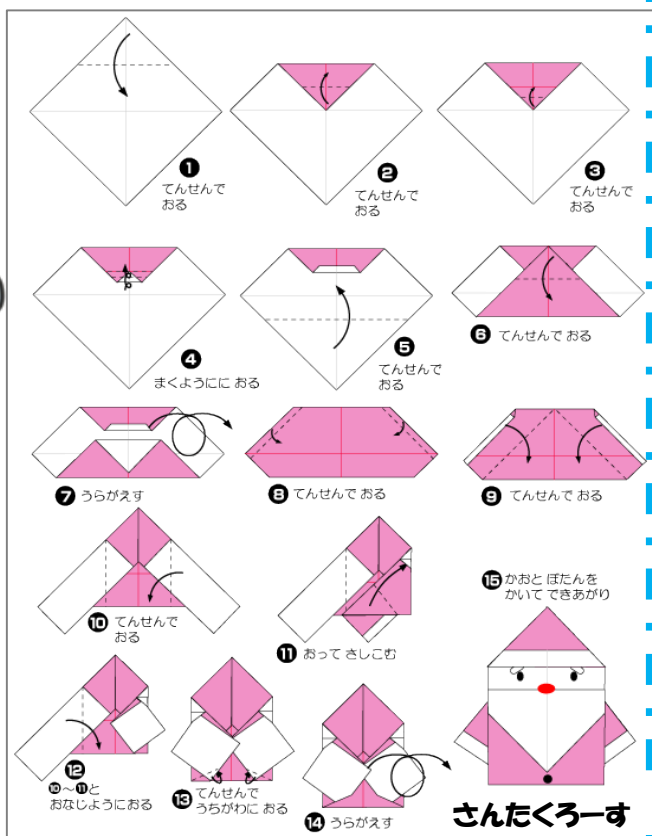
入室の際は、保湿剤をご持参ください。

## < やってみよう! >

かわいいサンタさんの折り方を  
ご紹介します。  
後ろの白い部分をセロハンテープでつなげると、  
ボトルキャップにもなるよ。



サンタ迷路にも  
挑戦しよう!!



## <スマイルコーナー> 病児保育室での心温まるエピソードなどをご紹介しますね。

**お返事ありがとう!** 1歳のYくんは、朝の入室から大泣きです。おやつも水分も玩具も拒否、何を問いかけても「ママ バイバイ～(涙)」と言ってまったく泣き止みません。ふと、「じゃあYくん、おんぶは？おんぶする人～？」と声をかけると、ピタッと泣き止み「は～い...」と言って手を挙げてくれたのです！その後は泣かずに食事やおむつ交換だけさせてくれて、他はおんぶでなら、遊んだり寝たりして過ごせました。その日の夕方「おんぶばかりでごめんね～楽しかった？」と尋ねると、「うん。」とお返事が！！予想していなかった答えにビックリ嬉しい保育士でした。「そっかあ～良かった～(笑)Yくん頑張ったもんね～！」とみんなに褒められお迎えの時間に。今日一番の笑顔でお母さんに飛びついていました。おんぶのぬくもりで少しは安心できてよかったです♪  
時は過ぎ・・・ こないだは朝から泣かずに入室できて、  
大好きなプラレールをして満面の笑顔を見せてくれます。(T)

## 保育室のご利用には 事前の登録が必要です!



新規ご登録は随時行っております。まずはお気軽にお電話を♪  
お問い合わせ 病児保育室ぱおばお(月～金 8:30～17:30)  
TEL 042-521-2777