



ほけんだより

2月号



令和6年2月1日
かすみ台第二保育園
看護師 砂川 晴美

2月4日は、暦の上では立春を迎える時期とされていますが、一般的に1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。暖冬と言われていましたが日中と朝晩の気温の差や急な冷え込みなど見られ、まだ寒い日が続くと思われます。手洗い、うがいをしっかり行い感染予防に努めていきましょう。



Be ready for a disaster by preparing an emergency kit.

防災について

能登半島地震で被災された方やご家族の皆様にお見舞い申し上げます

保育園では地震や火災などに備え、毎月避難訓練を行っていますが、災害は突然襲ってきます。

ご家庭でも災害時の対応を再確認して防災に努めていただければと思います。

地震対策や火災などの二次災害に備えておきましょう。

1. 防災グッズの点検（常備薬、普段飲んでいる薬など）
2. 避難場所の確認
3. 避難経路の確認（崩れそうなブロック塀など危険な場所はないか）
4. 家族同士の連絡の取り方

災害が起きた場合は携帯電話など連絡が取れない状況が予想されます。

保育園では保護者の方のお迎えをお待ちする形となりますので、その際は十分に気をつけていらしてください。

※今年は花粉症の時期が早まっているようです。

体に入ってきた花粉を体が異物として判断すると、異物である花粉に抵抗する「抗体」が作られます。再度花粉が、体に入ってきた時に抗体が反応して、細胞から出る化学物質がアレルギー反応を引き起こします。

花粉に風邪が合併すると、花粉症の薬だけではコントロールが難しくなります。黄色、緑色の鼻汁がいつまでも続く場合は、風邪の鼻炎から急性副鼻腔炎、慢性副鼻腔炎（蓄膿症）に移行していく場合があります。頭痛、頬、目の奥の痛みを伴う時は医師の診察を受けましょう。

花粉症チェック

1. 水っぽい鼻水が頻回に出る
2. くしゃみが何回も出る
3. 目のかゆみや充血がある
4. 顔などのかゆみがある
5. 発熱はない

1月の感染症情報

体調不良…78件

- ・下痢・嘔吐などの胃腸症状・15件
- ・胃腸炎……………2件
- ・咳・鼻水などの風邪症状…32件
- ・アデノウイルス感染症……1件
- ・流行性角結膜炎……………1件
- ・インフルエンザA型……………2件
- ・インフルエンザB型……………2件
- ・新型コロナウイルス感染症…4件
- ・溶連菌感染症……………3件
- ・手足口病……………1件
- ・けがや眼、皮膚の症状……14件
- ・花粉症……………1件