

ほけんだより

平成28年2月5日
長崎大学教育学部附属幼稚園
養護教諭 森山千穂

先週は大雪で厳しい寒さでしたが、その後は気温も少し上がったり下がったりし、気温差で体調管理が難しいかと思えます。

大雪のあとは、インフルエンザも発生し、先週は、インフルエンザでのお休みは3名でした。園でも流行拡大の恐れもありますので、調子が悪いときは早めの休養をお願いいたします。

今年度は流行が遅かったため、A型のあとにすでにB型も流行してきているようです。2種類かかる人も少なくないようですので、しっかり予防していきましょう。桜並木や玄関にも消毒液を置いておりますので御利用ください。



かぜ・インフルエンザ・花粉症の見分け方は？



かぜ、インフルエンザ、花粉症はかかる時期が重なっており、症状もにているものがあります。では、どこで見分けたらよいのでしょうか。

まずは、「熱」。急な高熱の場合は、インフルエンザがほとんどです。かぜでは、それほど高くなく、花粉症ではほとんど出ません。

続いて「鼻水」。サラサラとした鼻水が止めどなく出る場合は花粉症です。かぜの場合は、もっと粘りけのある鼻水がでます。インフルエンザでは鼻水よりも先に頭痛や関節痛などの症状が見られます。

そして、わかりやすいのは「目のかゆみ」。かぜやインフルエンザでは見られず、この症状がある場合は、花粉症と思われれます。どちらにしても、かぜだと思っても症状が変わらない場合は、受診をしていただければと思います。



インフルエンザについて (お願いとお知らせ)

- ①インフルエンザと診断されたら、出席停止となりますので、園にお知らせください。連絡をいただいた日から出席停止となります。(診断書等は不要です。) 停止期間は「インフルエンザと診断を受けた後5日を経過し、かつ解熱後3日を経過するまで」です。
- ②連絡の際は、詳しい症状やインフルエンザの型もお知らせいただくと助かります。
- ③兄弟姉妹がインフルエンザになったら、本人も幼稚園を休まないといけないかとお尋ねがありますが、本人が元気な様子であれば、登園可能です。ただ、登降園の際に兄弟姉妹が自宅に一人になるという場合はお休みされています。

★★体位測定時の保健指導から②(年長編)★★

前回に続いて、体位測定時の保健指導のお話です。

年長では、お腹の中の赤ちゃんが生まれるまでにどのように育っていくかを話しました。エプロンに赤ちゃんが育っていくお部屋(子宮)をつけて、赤ちゃんが8週→12週...40週とそれぞれお腹の中でどのように過ごし、どんなふうに体が変わり成長していくかなどを赤ちゃんの人形を使って話しました。子どもたちの中には、「羊水」や「へそのお」などの言葉も知っている子もいて、ちょっとずつ大きくなっていく赤ちゃんの人形にびっくりしたり、嬉しそうな顔をしたり...。そんな表情を見ながら私自身も子どもたちがお腹の中で育って生まれてきて、ここまで成長してくるまでの御両親の色々な思いを考えるととても感慨深い時間となりました。いのちのはじまりから、生まれるまで、そして身近なまき先生のお腹の赤ちゃんも今このくらいかな、お腹の中でこんなことしてるかなとお腹の赤ちゃんのいのちにも触れ、子どもたちの表情からとっても温かいものを感じました。きっと、御家庭でも生まれた時のお話やおうちの方の幸せな気持ちも聞いたことがあるのでしょうか。

卒園まで残り少ない日々ですが、ここまで成長してきた子どもたち、これからますます元気に育ってほしいと思います。

