



にじのへやだより

令和6年11月発行

(vol.4)

病児保育室にじのへや

蕨市病児・病後児保育事業



昼夜の寒暖差も徐々に大きくなり、服装の調整が難しい季節です。

空気が乾燥し、インフルエンザや胃腸炎を始めとする、この季節に流行しやすい感染症には特に気をつけなければいけません。ワクチン接種をしたからと安心せずに、手洗い・うがいを徹底し感染予防に努めましょう。

また、本格的な冬が来る前に生活リズムや服装、食生活なども見直し、感染症に負けない健康な身体と一緒に作っていきましょう。

9月〈利用内訳（年齢別）〉33（名）登録者数14（名）

0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	学童
2	15	7	5	1	2	0	1



利用児童の疾患

1. 上気道炎	15名
2. 手足口病	15名
3. ヘルパンギーナ	6名
4. 胃腸炎	5名
5. 咽頭炎	4名
6. 溶連菌	3名
7. ヒトメタニューモ	2名
8. とびひ	2名
9. 夏風邪	2名
10. 中耳炎	1名
11. 喘息性気管支炎	1名
12. 感冒	1名
13. アデノウイルス	1名



10月〈利用内訳（年齢別）〉48（名）登録者数17（名）

0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	学童
3	15	11	9	0	3	0	7



9月10月は上気道炎や手足口病のお子さまが多く利用していました。

季節の変わり目で急激に気温が下がったため、体調を崩してしまうお子さまが多く見られました。

にじのへやでは、お子さま一人ひとりの体調に合わせて水分補給、食事、睡眠をとり、無理なくゆったりと一日を過ごしています。

季節に合わせてハロウィンの製作をしました。紙を破ってかぼちゃの貼り絵をし、クレヨンでお絵描きし、裏にもシールをたくさん貼っていました。

また、かぼちゃに目や鼻、口、帽子を貼り付け、2枚の折り紙をくるくる巻いた棒を最後につけて、かぼちゃのステッキを作ったお友達もいますよ♡



保育の様子☆

体調に合わせて無理なく食べられるようにしています。



オルゴールをかけながら安心して入眠できるようにしています。



★ピリピリにした紙をかぼちゃにペタペタ、おばけに色をぬりぬり、組み合わせてリースが完成しました。

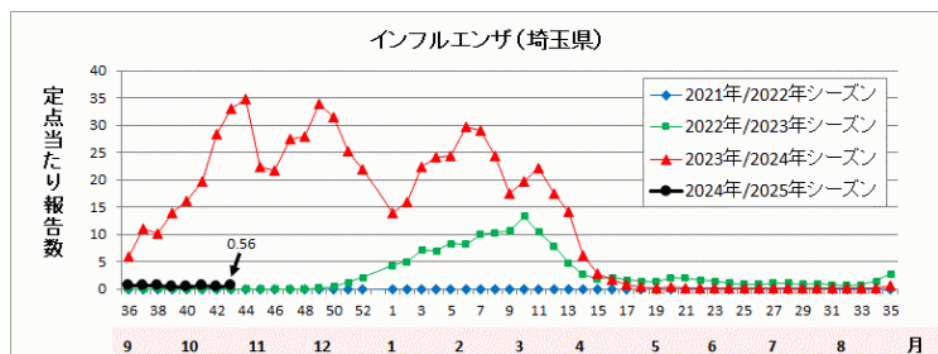
★他のお友達は、かっこいいかぼちゃのステッキを作り、フリフリして楽しんでいました♡



インフルエンザの基礎知識



昨季はコロナ禍の反動からか、インフルエンザが9月頃から流行し、今年の4月半ばまで続きました。今季は今のところ昨季のような患者数は認めていませんが、11月に入り、一気に寒さが増し、空気の乾燥も進んできました。インフルエンザに注意し、予防に努めましょう。



インフルエンザの症状

ふつうの風邪は鼻やのどの症状から始まることが多いですが、インフルエンザは急に高熱が出るのが特徴です。発熱と共に悪寒や頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状も強く、鼻汁や咳などの症状は発熱の後から出てきます。気管支炎や肺炎を併発しやすく、重症化すると脳炎や心不全を起こすこともあります。早めに医療機関の受診をお願いします。

予防その1: 免疫力を高めましょう

インフルエンザに対する免疫力を高めるために、ワクチンを接種しましょう。

規則正しい生活をしましょう。

栄養バランスのとれた食事をしましょう。



予防その2: 感染経路を断ちましょう

インフルエンザは「飛沫感染」「接触感染」で感染するため、これらの「感染経路」を断つことで、予防効果が期待できます。流行期は人混みを避け、マスクの着用ができる年齢の方はマスクを着用しましょう。また、手洗い・うがいをしっかり行いましょう。

予防その3: 加湿をしましょう

インフルエンザは低温で乾燥した環境を好みます。そのため、室温は20度以上、湿度は60%程度を保つように加湿・加湿を行いましょう。また、空気が乾燥すると気道粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。のどのかわきを感じていなくても、こまめに水分補給を行いましょう。



予防接種 Q&A

Q. インフルエンザの予防接種の予約がなかなか取れません。いつ頃までに接種すればよいですか。

A. インフルエンザは例年12月～4月頃に流行し、例年1月末～3月上旬に流行のピークを迎えるので、12月中旬までにワクチン接種をすることが望ましいです。



Q. 以前予防接種を受けたのにインフルエンザにかかったことがあります。ワクチンが効いていないのではないのでしょうか。今年も接種した方が良いですか。

A. ワクチンの予防効果は6割ほどであり、接種することでインフルエンザを完全に予防することはできません。しかし、ワクチン接種が重症化を防ぐことは明らかになっているので、毎年予防接種を受けましょう。