



空気の冷たさに、冬の到来を感じます。室温調整のために、エアコンやストーブなどを利用する家庭も多いのではないのでしょうか。空気が乾燥すると、ウイルスが繁殖しやすい環境になってしまうので、合わせて湿度調節も気をつけましょう。もちろん、手洗い・うがいを忘れず、病気への予防もしっかりと行ってくださいね！



冬のかぜについて

冬に流行するかぜには、発熱、鼻水、喉が主症状の“鼻と喉のかぜ”と、嘔吐や下痢が主症状の“お腹にくるかぜ”（感染性胃腸炎など）があります。

冬場、特に注目すべきはインフルエンザです。小さいお子さんは重症化することもあり、急な発熱や悪寒、筋肉痛・関節痛を伴うようなら、インフルエンザの可能性があるので、早めに医療機関で検査を受けましょう。

年末年始のお知らせ

12月29日（土）～
1月6日（日）まで
すくすくハウスはお休みさせていただきます。

今年1年間ありがとうございました。

症状に合わせてお部屋を分けています

すくすくハウスでは、感冒（風邪、気管支炎等）、インフルエンザ、感染性胃腸炎などの感染防止のために、部屋を分けて保育を行っております。「違う病気をもらってこないかしら…」と心配される方もいらっしゃいますが、しっかりと隔離をしているので、安心してお預けください。表情や仕草など細かな変化にも気を配りながら、保育させていただきます。

熟睡するには…

バランスの良い食事をとり、日中は活発に体を動かすことが、良い睡眠を促します。最近では、室内遊びで運動不足になり、夜更かしをする子どもが増えています。また、テレビやスマートフォンなどからの光は脳を興奮させ、ますます睡眠不足に陥るといった悪循環にもつながります。就寝時間の30分前にはテレビを消して脳を休めましょう。部屋を暗くして寝るのが苦手な子どもには小さな明かりをつけておいたり、部屋の温度にも気を付けたりすることも大切です。

- インフルエンザ** …先月は3名。春江町で一部の保育園、小学校でA型インフルエンザの発生があります。福井市内小学校でも少数発生があるようです。学級閉鎖はまだでていません。
- アデノウイルス感染症(特に流行性角結膜炎)** 先月は20名。先月ほどの流行はもうありませんが、まだ油断はできません。
- 伝染性紅斑** …先月は5名。丸岡町の一部の保育園で流行がありました。
- 溶連菌感染症** …先月は17名。のどの痛み、熱、体や手足の発疹などが出ます。舌はイチゴのようになります。嘔吐などの胃腸炎症状のこともあります。1歳未満の子に感染するのはまれで、5～15歳の子どもが感染しやすいです。
- RSウイルス感染症** …先月は3名。8月が流行のピークで最近ほとんどみられなくなりました。
- 手足口病** …先月は1名。流行は終息したようです。
- 感染性胃腸炎** …先月は29名。乳幼児は冬から春にかけて嘔吐下痢症によくかかります。これはノロウイルスやロタウイルスなどの腸管ウイルスが原因の病気です。突然吐き始め続いてひどい時は熱もでて点滴が必要になることもあります。食べられるようになると下痢になることもあります。原因によらず、家庭での水分補給と食事療法が一番大切です。
- マイコプラズマ感染症** …先月は発生なし。
- 百日咳** …先月は1名。
- 水痘** …先月は13名。福井市、坂井市の小学生を中心に流行中です。現在の小学生は水痘ワクチンを公費で受けられるようになる前で、ワクチン未接種のお子さんが多いからです。ワクチン未接種のおさんは早めにワクチン接種をお勧めします。
- おたふくかぜ** …先月は発生なし。
- 麻疹・風しん** …県内でも今年度風しんの発生が見られており、今後、風しんが流行する可能性があります。妊娠中の方、妊娠適齢期の方、風しんにかかったことのない方、風しんの予防接種を受けていない方(30代から50代の方)は予防接種をお勧めします。

つちだ先生からの一言

先月は一部の保育園で流行性角結膜炎が大流行しました。流行性角結膜炎とは結膜にアデノウイルス(37、53、54型)が感染して起こる病気です。昔から俗に「はやりめ」と呼ばれています。感染力が強く、時に家庭内感染や学校内の集団感染などの原因になります。完治するまでに1～2週間かかるのもやっかいです。

※つちだ小児科ホームページでは、毎週最新の感染症情報「流行っている病気」をお届けしています。感染症情報に加えて、感染予防対策についても書いてあるので、一度覗いてみてください。