



令和4年11月30日
椋山女学園大学附属
椋山こども園

舞い落ちる枯れ葉や冷たい風に、本格的な冬の訪れを感じる頃となりました。冷たい北風に負けずに、毎日元気に遊んでいる子ども達。冷える日もありますが、今年も最後まで元気いっぱいにご過ごしたいと思います。年末年始の休暇は、生活のリズムが崩れがちです。食事や睡眠時間を意識して体調管理には気を付けましょう。

冬のあせも・とびひに注意

あせもやとびひは夏だけではありません。最近は、厚着や暖房であたためすぎて、冬になる子も増えています。床暖房の部屋に寝かせたらあせもができた、という例もあります。冬の肌は寒さで血行がよくないため、湿しみが治りにくいと言われますので、早めに受診しましょう。

予防

- 厚着をさせない
- 室温の調節をこまめに
- 汗をかいたらふき、着替える
- 毎日入浴して肌を清潔に

小さい子は特に、背中にふれて汗をかいていないかまめにチェックしましょう



クループ症候群



発熱や咳、喉の痛みなど、かぜとよく似た症状が現れますが、声帯の下が腫れ、喉頭が狭くなるため、呼吸困難を起こします。特に息を吸う時に苦しくなり、咳込んだ時に、「ケーンケーン」と犬が鳴くような乾いた咳が出ます。

乳幼児は病状が急変しやすく、呼吸困難を起こすこともあるので、この咳が出始めたら、すぐに受診しましょう。

ご家庭では、部屋の湿度を上げ、やや頭を高くして寝かせましょう。咳込む時は、体が少し前屈みになるようにして胸や背中をトントンと軽くたたくと、呼吸が楽になるようです。

嘔吐したときには・・・



- ① 嘔吐物が気道に詰まって窒息しないよう、子どもの頭と体を横に向けて寝かせます。
- ② 口の周囲をきれいにし、嘔吐物の内容を確認します。受診する時に、しっかり伝えられるようにしましょう。
- ③ 体温を測り、顔色や呼吸の状態などをチェックします。
- ④ うがいができる年齢の子どもなら、うがいをさせ、衣服が汚れていたら取り替えてあげましょう。
- ⑤ 水分補給は吐き気が治まるまでは控え、子どもが水分を欲しがるようなら、経口補水液を少量ずつ飲ませてみましょう。

ノロウイルス、胃腸風邪等が流行する時期です。嘔吐物の量が多かったり、回数が2回以上続き、酸っぱい臭いがするようであれば、感染症の疑いがあります。脱水になる危険性もあるので、早めに受診をするようにしましょう。

※園での感染対策として、園で嘔吐があった際は、汚れた衣類は洗わずに、二重にした袋に入れてお返しします。ご理解、ご協力お願いいたします。