



年末年始は、家族でお祝いする楽しい行事が盛りだくさん！お休みの間は生活習慣が乱れがちとなりますが睡眠・食事の時間を意識し、病気や事故のない、楽しい冬休みを過ごしてください。

### 感染症に注意・・・

寒さが増してきました。寒くて乾燥する時期は、ウイルスが活発になってきます。

11月、しらゆり保育園では、インフルエンザ、コロナウイルス、アデノウイルスなどでお休みする子どもが多くいました。これから増えてくる可能性もあります。引き続き、てあらい・うがいを行い感染対策して注意していきましょう。



#### ●インフルエンザ

突然高熱がでて、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛・関節痛が現れます。

風邪と比べて全身症状が強いのが特徴です。

【発症後5日間（発症した日を0日として）を経過し、かつ解熱した後3日を経過するまでは出席停止】

#### ●コロナウイルス

インフルエンザに似た症状や、嗅覚障害・味覚障害、下痢などが現れることがあります。療養が終わった後も、後遺症が報告されています。

【発症後5日間（発症した日を0日として）を経過し、かつ症状が軽快した後、1日を経過するまでは出席停止】

#### ●アデノウイルス

高熱と、のどの痛みや腫れ、結膜炎、胃腸炎などの症状が現れます。結膜炎のみであれば、「はやり目」結膜炎に加えてのどの腫れがある場合は、「プール熱」とよばれます。

【結膜炎は感染のおそれがなくなってから、プール熱は主な症状が消え2日間経過してからが目安です】

#### ●急性胃腸炎

ウイルスや細菌に感染して、嘔吐、下痢、腹痛などの症状が現れます。熱がでることもあります。

【嘔吐、下痢が落ち着き、元気や食欲があれば、登園・登校できます】

