

柏さかさい保育園 子育て支援“まことちゃんのお家”  
 柏中央保育園 子育て支援“ステップ”  
 牛久みらい保育園 子育て支援“としおちゃんのお家”

風邪やインフルエンザの流行りやすい時期がまだ続きます。さらに今年は新型コロナウイルス感染症の流行など、心配なニュースを目にすることが多いのではないでしょうか。報道でも周知の通りですが感染予防対策をお伝えしたいと思います。●集合施設などの人の多い場所を避ける●手洗いうがいでウイルスを体に入れないようにする●咳エチケットを守って周囲に移さないようにする。以上を守りながら、規則正しい生活から体を作るという意識をもちましょう。



### 感染症に注意しましょう

日中と夜間の気温差が激しく、空気が乾燥してくるこの季節は風邪を引きやすくなります。  
 ウィルスは低温・低湿度を好むため、夏場よりも冬場のほうがウィルスの感染力が強まります。冬は室内を温めながら、同時にしっかりと加湿も行いましょう。  
 多くの病気や胃腸炎は、原因となる病原体が付着した手で食事をしたりすることで、目や鼻をこすことによって発症します。外から帰ってきたら、お子様と一緒に「手洗い・うがい」を習慣にしていきましょう。



### 冬場に流行する感染症

#### ◎インフルエンザ (飛沫感染/接触感染/空気感染)

38℃以上の高熱、関節痛、全身倦怠感、頭痛、鼻水など

#### ◎感染性胃腸炎 (飛沫感染/接触感染)

\*ノロウイルス…38℃以下の微熱、激しい嘔吐・下痢、腹痛  
 \*ロタウイルス…38℃以上の高熱、嘔吐・下痢、腹痛

子どもも大人も激しい症状が出ます！

大人は症状が軽い場合があります。

次亜塩素酸ナトリウム消毒液、酸性アルコール消毒剤（手ピカジェルなど）が効果的です。

#### ◎RSウイルス (飛沫感染/接触感染)

38℃以上の高熱、鼻水、喘息様の咳、「ゼイゼイ」とした呼吸音



#### ◎溶連菌感染症 (飛沫感染/接触感染)

発熱、のどの痛み、全身の発赤

#### ◎マイコプラスマ肺炎 (飛沫感染/接触感染)

発熱、全身の倦怠感、頭痛、咳

活気が無い・食欲が無いなど普段と違う様子が見られましたら安静にして頂き、良くならなければ病院受診をお勧めします。