

子育て通信 **えがお**



1月の予定

| 日  | 月    | 火               | 水        | 木                   | 金        | 土  |
|----|------|-----------------|----------|---------------------|----------|----|
|    |      | 1               | 2        | 3                   | 4        | 5  |
|    |      |                 |          |                     | ☆        | ☆  |
| 6  | 7    | 8               | 9        | 10                  | 11       | 12 |
|    | ☆    | たこあげをしよう        | ☆        | 簡単本作り               | ☆        | ☆  |
| 13 | 14   | 15              | 16       | 17                  | 18       | 19 |
|    | 成人の日 | ハンドメイドの日        | ☆        | 図書館へ行こう<br>(一の宮図書館) | ☆        | ☆  |
| 20 | 21   | 22              | 23       | 24                  | 25       | 26 |
|    | ☆    | 誕生会<br>計測日      | ☆        | エコクラフトで<br>小物作り     | 予約制<br>☆ | ☆  |
| 27 | 28   | 29              | 30       | 31                  |          |    |
|    | ☆    | エコクラフトで<br>小物作り | 予約制<br>☆ | おにのお面<br>作り         |          |    |

寒さも厳しくなってきましたが、みなさん風邪などひいていませんか？  
冬は家にこもりがちですが、すくすくひろばでお友だちと楽しく過ごしませんか？

図書館へ行こう  
1月17日(木)  
一の宮図書館10時集合  
  
図書司書の方に  
絵本についてのお話を  
していただきます。

エコクラフトで小物作り  
1月24日(木)・29日(火)  
※要予約  
  
エコクラフトで  
小物入れを作ります。  
  
※材料の準備がありますので  
早めに予約をお願いします。  
※材料の一部を負担して  
いただきます。

～誕生会・計測日について～  
誕生月の子どもさんを  
みんなで祝いましょう。  
どなたでもご参加ください。



活動時間は  
10:00～12:00です。

2月の予定

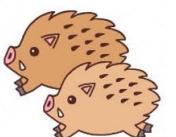
| 日  | 月     | 火           | 水  | 木                            | 金           | 土  |
|----|-------|-------------|----|------------------------------|-------------|----|
|    |       |             |    |                              | 1           | 2  |
|    |       |             |    |                              | ☆           | ☆  |
| 3  | 4     | 5           | 6  | 7                            | 8           | 9  |
|    | ☆     | 造形あそび       | ☆  | ☆                            | 英語で<br>あそぼう | ☆  |
| 10 | 11    | 12          | 13 | 14                           | 15          | 16 |
|    | 建国記念日 | 新聞紙で<br>遊ぼう | ☆  | にこにこ<br>クッキング<br>(一の宮保健センター) | 予約制<br>☆    | ☆  |
| 17 | 18    | 19          | 20 | 21                           | 22          | 23 |
|    | ☆     | お話会         | ☆  | 牛乳パックで<br>椅子作り               | 予約制<br>☆    | ☆  |
| 24 | 25    | 26          | 27 | 28                           |             |    |
|    | ☆     | 誕生会<br>計測日  | ☆  | ひな人形<br>作り                   |             |    |

英語で遊ぼう  
  
2月8日(金)  
ALTの先生に来ていただきます。  
子どもさんと楽しく  
英語に触れて  
みませんか？

牛乳パックで椅子作り  
2月21日(木)※要予約  
  
牛乳パックで子ども用の  
椅子を作ります。  
好きな柄のガムテープを  
ご持参ください。

にこにこクッキング  
2月14日(木) ※要予約  
  
場所:一の宮保健センター  
時間:9時20分集合  
持ってくる物:お米1合・エプロン・三角巾・  
マスク・お箸

今年もよろしくお祈いします



# 冬場に気をつけたい感染症



冬は、かぜやインフルエンザをはじめとして、いろいろな感染症が流行します。ここでは、特に冬場に多く見られる感染症について、症状や注意するポイントなどをまとめました。



## インフルエンザ

**症状** ごく短い潜伏期間の後に、急な悪寒や発熱、全身のだるさ、筋肉痛があらわれます。熱は38～40℃で、3～7日間続きます。そのほか、腹痛や嘔吐、下痢などの症状が見られる場合もあります。

発症後、数日してからせきや鼻水がひどくなり、気管支炎を起こす場合もあるので、注意しましょう。

**注意するポイント** 発症後48時間以内に抗インフルエンザ薬を使用すると、発熱期間を平均1日短くすることができます。インフルエンザかどうかを判定するためには迅速検査がありますが、発熱後少なくとも半日程度たたないと正確な判定が出ないこともあります。

発症した場合は、幼児（園・所）は解熱後3日、児童生徒（学校）は、解熱後2日を経過するまでは登園・登校できません。

## 感染性胃腸炎（ノロウイルス・ロタウイルス）

**症状** 潜伏期間は1～2日で、おもな症状は嘔吐と下痢です。軽い場合は嘔吐だけ、下痢だけのこともあります。また、発熱や頭痛、腹痛が見られる場合もあります。便は、軟便から水様便まで、さまざまです。ロタウイルスの場合は、米のとぎ汁のような白色便が出る場合があります。

**注意するポイント** ロタウイルスは3歳未満にノロウイルスはすべての年齢で見られます。また嘔吐や下痢がひどいと脱水症になることもありますので、水分補給を心がけます。登園は、医師において感染のおそれがないと認

めるまで出席停止です。感染性胃腸炎は嘔吐物や便中のウイルスが感染源となります。嘔吐物を処理する時は換気し、使い捨ての手袋やマスク、エプロン（使い捨てや消毒液につけても大丈夫なもの）を身につけます。嘔吐物をふき取った新聞紙などは0.1%次亜塩素酸ナトリウム溶液を入れたビニール袋に入れ、密封して処分します。



## マイコプラズマ肺炎

**症状** 飛沫により感染し、2～3週間の潜伏期間を経て、頭痛や倦怠感、発熱などの全身症状があります。2週間たつと、せきが目立ちます。乾性のせきで、夜間に激しいせきが見られるなどの特徴があります。

**注意するポイント** 夜間に激しいせきが出たり、昼間の生活に支障があるほどのせきが出たりする時は受診しましょう。登園は、医師において感染のおそれがないと認めるまで出席停止です。

## RSウイルス

**症状** 4～5日の潜伏期間を経て、鼻水程度のかぜの症状があらわれます。6か月未満の乳児は細気管支炎を起こし、急激に重篤になることがあります。

**注意するポイント** 幼児・児童以上ではRSウイルスに感染してもせきや鼻水程度で、かぜとあまりわかりません。そのため感染している子が登園している可能性も高くなります。乳児でかぜ症状がある時は、細気管支炎を起こしていないかなど、状態に注意しましょう。登園は医師において感染のおそれがないと認めるまで出席停止です。

## 溶連菌感染症

**症状** 突然の発熱、のどの痛み、咽頭炎、扁桃炎を起こします。細かい発疹が体や顔、手先、足先などに出て、かゆみをとまなう場合や舌に赤いぶつぶつが出ることもあります。園児や児童の場合は、発熱から1～2日して、発疹が見られることがあります。また腹痛や嘔吐、頭痛が見られることもあります。

**注意するポイント** 抗菌薬を10～14日間服用します。症状が消えて元気になっても、指示された日数をきちんと飲み切ります。途中でやめると再発したり、急性腎炎やリウマチ熱を起こしたりすることもあります。登園は、医師において感染のおそれがないと認めるまで、出席停止です。

少年写真新聞社より引用



### せきエチケットはできていますか？



かぜやインフルエンザにかかる人が多くなる季節です。せきやくしゃみが出る時に、まわりの人にうつさないためには、せきエチケットが大切です。

もしマスクがない時に、せきやくしゃみをする場合には、ハンカチなどで押さえるようにしましょう。

### ♪ わらべうたの紹介 ♪ ～あなたがたどこさ～

あなたがた どこさ ひごさ ひごどこさ くまもとさ くまもと どこさ せんばさ  
 せんば やまには たぬきがおつてさ それをりょうしが てっぽうで うつてさ  
 にてさ やいてさ くらつてさ それを このはでちよつとおつ かぶ せ

熊本市船場地区を舞台とした日本のわらべうたです。女の子の手まり歌として歌われていました。遊び方は、4拍子のリズムでボールをつけて、「さ」の所で足にくぐらせる。最後の「ちよいとがぶせ」でスカート（昔は着物）でボールを隠す。

