

# おひさま

ながかみ 保健だより  
2025年1月号 文責 山下美香子

ながかみの冬の恒例行事の一つ「マラソン」が始まり1ヶ月が経ちました。子どもたちは、「ホ！ホ！ホ！」の音楽が流れるとスイッチが入ります。体操を終え、真っ先にマラソンへ向かいます。その後、戸外で遊び始める姿は、まさしく“風の子”。ながかみの子どもたちにぴったりとあてはまる言葉です。



感染症が流行する時期になりました。

本人・きょうだい・ご家族の方が発症された際、園や事業所スタッフへのご連絡（症状や経過など）をいただいております。

ながかみでは、同居されているきょうだい・ご家族にも感染症の症状がみられている時には、他の園児への感染拡大を予防するため、完治するまではご自宅でお子さんのご様子を見ていただき、大事を取っていただくよう、ご協力をいただいております。

今後、ご協力をよろしくお願いいたします。



## インフルエンザA型が流行しています。

市内では、インフルエンザの注意報が発令されています。（12/20現在）今後、流行が拡大する可能性もあるそうです。

<特徴>

	A型	B型
流行時期	冬場（11月後半～2月）	冬場から春先（1～3月予想）
発熱	急激な38℃以上の高熱	微熱や平熱
症状	頭痛、さむけ、倦怠感、咳、関節痛など	頭痛、咳、鼻水、関節痛など
症状の特徴	・のどや鼻に症状が出やすい。 （のどの痛み、鼻水） ・一気に熱が上がり症状が一度に出る傾向。	・胃腸にも症状が出やすい。 （腹痛・下痢など） ・ジワジワと症状が出て長引きやすい傾向。

インフルエンザ予防法



### インフルエンザと診断されたら

★登園基準：発症した日を0日として、発症後5日経過、かつ

解熱した後3日を経過するまでは出席停止期間となります。

★家庭で「インフルエンザ経過報告書」の記入をお願いします。登園時は、スタッフと共に経過報告書と登園基準を確認していただいた後、お子さんをお預かりいたします。