すこやか通信

医療法人社団 豊生会

東雁来すこやかこどもデイサービスセンターより
毎月情報を発信します！

第８号
2016.11 発行

風の冷たさに思わず肩をすくめてしまうことが多くなりました。北海道の冬は外が寒くても家や建物の中はとても暖かく、衣服の調節が難しいことも。特に乳幼児のお子様ですと、大人よりも動きが激しいので汗もかきやすくなります。なるべく薄着を心がけ、羽織るもので調節できるよう大人が配慮してあげたいですね。

11 月のご利用状況

先月に引き続き、季節の変わり目や朝夕の寒暖差もあってか、急性上気道炎でご利用のお子様が多かったです。溶連菌感染症も幼稚園・保育園で流行っていたようで、予約や問い合わせが多数ありました。

インフルエンザ流行時期　到来！！

例年に比べ寒くなるのが早く、空気も乾燥している為、既にインフルエンザが流行し始めています。学級閉鎖の措置を取った小学校もありますね。

今年はＡ香港型が流行のようですが、ウイルスのパワーが強く、重症化しやすい傾向があるので、小児・高齢者が罹患した場合には十分に気を付けましょう。

インフルエンザに感染するとすぐに症状が出るわけではありません。ウイルスが体内に入ってから感染するまでの期間（潜伏期間）には個人差がありますが、発症後（発熱～）12 ～ 24 時間でウイルス検査をするのが適切とされています。熱が出たからといってすぐに受診・検査をしても結果が正確に判明しないことも多いので、タイミングをみて病院に受診することをお勧めします。

インフルエンザ A

潜伏期間　１～２日

症　状　38 ～ 40℃近い高熱
喉の痛み・咳がひどい・関節痛
筋肉痛・倦怠感など

インフルエンザ B

潜伏期間　１～２日

症　状　風邪症状に似ている点が多く判断が難しい。38 度以上の発熱（微熱しか出ないこともある）頭痛・鼻水・喉の痛みなど関節痛・筋肉痛・倦怠感に加え、B型は下痢や腹痛などの消化器系の症状があります。また熱は出ない・微熱がだらだらと続くというのも１つの特徴です。

インフルエンザの出席停止の基準

インフルエンザにかかったけど薬も効いて熱が下がったから！と安易に登校・登園してはいけません。ガイドラインでは、インフルエンザ罹患後の学校・保育園等の出席停止期間は…

◆発症した後（発熱してから）5 日経過していること
◆解熱した後 2 日（幼児は 3 日）経過していること この２つが条件です。

集団生活の中ではあっという間に感染が広まってしまいますので、上記期間を守り、お家でしっかり身体を休ませてあげてください。（そんな時に病後児デイサービス！→お仕事を休めない場合等は是非ご利用ください！）

紹介！ 11月のデイの入り口

ある日の保育室

デイで提供する食事は年齢に合わせて変えていますが、お子さんの病状に合わせて、うどんやそうめん等に変更することもあります。お肉やお魚、お野菜などバランスよい食事で、お子様からは「おいしい！」と人気です！野菜が多めなので最初はなかなか箸やフォークが進まないこともありますが回復期にあるお子さんは「食べられるところまで食べてみようか！」とか、「頑張って食べて偉いね！かっこいいね！」等の声がけ次第では、褒めてもらえるのが嬉しく、完食してくれることも多いです。

朝の受け入れ時、食欲の有無•喉の痛みなど、保護者の方に確認し、主食変更や量を減らす等の対応をしていますので、お気軽にご相談ください。

15 時のおやつは手作りゼリー。オレンジとブドウが 1 日交替で出ます。熱が高かったり喉が痛かったりすると、のど越しがいいからか、あっという間に食べてしまいます。ちなみに、子供たちに人気は••••オレンジゼリーです（•∀•）

（札幌市病後児保育事業）東雁来すこやかこどもデイサービスのご利用は下記までお問い合わせください！

☎ 011-790-2030（電話での対応は平日午前８時～17 時 土曜午後 12 時までとなっております）　http://www.houseikai.or.jp/sukoyaka/sukoyakakodomo.html

◆ 発　行 /2016年11月　◆ 発行元 / 東雁来すこやかこどもデイサービスセンター　〒007-0031　札幌市東区東雁来11条４丁目1-10