



いよいよ本格的な冬がやってきました。保護者の皆様は師走の時期で大忙しですが、クリスマスやお正月と楽しいイベントが続き、子供たちは大喜びですね！これからの季節、室内を温める際には必ず湿度にも気をつけたいものです。インフルエンザウイルスは乾燥した空気が大好きです。加湿器の使用や洗濯物の部屋干しなどで、湿度を維持するよう心がけましょう。

さて、東雁来すこやかデイサービスも4月の開設以降、おかげさまで多くのお子さんにご利用しています。今後も働く親御様にとっての「縁の下の力持ち」を担えるよう頑張ります！2017年もよろしくお願いたします。

12月のご利用状況


インフルエンザがそろそろ増えるのでは？と思っていましたが、胃腸炎での利用がとて多く、まだまだ続きそうな傾向にあります。どんな病気にも言えますが、マスク・手洗い・うがいの習慣づけによる予防が大事ですね。

冬場に多い「おう吐・下痢」

胃腸炎が流行しています！！

胃腸炎とは…
腹痛・嘔気・嘔吐・下痢などの消化器官（胃や腸など）の炎症による病気の総称です。

この時期特に気を付けたいのがウイルス性胃腸炎（ノロウイルス・ロタウイルス）これらに感染すると腹痛・嘔吐・水のようなひどい下痢がおこります。発熱を伴うこともあります。まれに乳児痙攣・熱性けいれんを引き起こすこともあります。罹患した場合は脱水です。



脱水状態の目安

- 急激な体重、尿量の減少
- 皮膚状態（乾燥してカサカサ。とくに唇の皮がむけているなど）
- 乳児は泣いても涙が出なくなる
- ぼんやりして元気がなく、すぐ眠ってしまうといった意識状態の変化

水分補給…

水を多く飲むから水っぽい下痢になるのではありません。口から飲めるのならお茶や湯冷ましを少量ずつこまめに。飲みたがるからと牛乳・乳酸菌飲料・ジュース（特に柑橘系）を飲ませてはいけません。イオン飲料も糖分が多く嘔気を誘発することもあります。

お腹を安静にすること…

おう吐や下痢が続くと栄養が足りなくなってしまうのでは？と心配になり、少しでも食べさせたいと思うかもしれませんが、腸や胃が傷つき炎症を起こしている時は消化吸収しにくくなっています。水分をまず第一として、食事は「無理せず消化の良いものを少なめに」が原則です。

何を食べさせたら良いのかはウンチを見て！

- ウンチが水のような時・・・水分を中心に
- ウンチがドロドロな時・・・ドロドロの食べ物を（おもゆ・リンゴのくず煮など）
- ウンチが柔らかい程度の時・・・やわらかい食べ物（お粥・うどん・バナナなど）

二次感染を防ぐために…

こまめに換気、マスクをする、排泄後の掃除・消毒（トイレなど）オムツの処理、そして必ず手洗い

白っぽい下痢に注意！

白っぽい下痢便を特徴とするのがロタウイルスによる胃腸炎です（潜伏期間1～3日）生後6か月～2歳がかりやすいようです。

紹介！12月の デイの入り口



正面玄関積雪のため、今月でいったんお休みします。雪解けをお楽しみに！

ある日の保育室

インフルエンザで利用のA君（2歳11か月）。1日目はお昼寝の時に母さんに会いたくなって涙がポロリ。2日目朝からお母さんにも「泣かない宣言」をして入室。でも明るい時間からお母さんまだかな？と何度も聞いてきます。保育士が「A君！昨日はお外が暗くなって、半分のお月様が出てきたらお母さんが来てくれたよね！今日もお外が暗になったらお月様見てみようね！」（そのころ丁度半月で、前の日も窓から一緒に見ていました）という「うん！」と頷き、泣くこともなくお迎えを待つことができました。外も暗くなり、椅子の上で一生懸命背伸びをして窓の外を見ているA君の後ろ姿がとても印象的でした。