

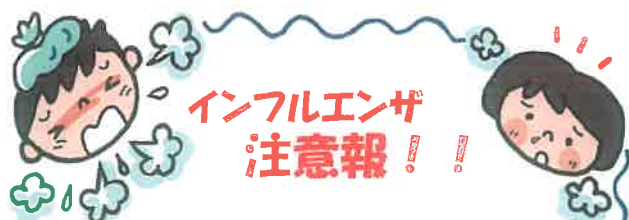
# ほけんだより 10月号

令和5年度  
あおば保育園

少しずつ沖縄も朝夕は涼しい風が感じられ過ごしやすくなってきました。これからの季節は空気が乾燥しがちになります。外からかえてきたら手洗い・うがいを忘れずに行いましょう！

今月は、尿・ぎょう虫検査がありますので、忘れずに期間内の提出をよろしくお願ひします。

(9月の感染状況・・・新型コロナウイルス感染症7名、インフルエンザ2名、手足口病1名、溶連菌感染症1名)



## インフルエンザ 注意報！！

県内では、9月14日にインフルエンザ注意報が発令されました。

インフルエンザの夏季の発令は4年ぶりとなります。新型インフルエンザA型が最も多く全体の90%を占めています。年齢別では5才～9才が最も多く、10代以下の罹患者が全体の8割を占めている状況です。流行拡大を防ぐ為、手洗いや咳エチケットなどの感染予防の徹底と共にインフルエンザ発症後5日を経過し、なおかつ解熱後3日を過ぎるまでは登園は控えましょう。



インフルエンザの場合、保護者記入のインフルエンザ報告・指示書があるので登園の際は、提出お願いします。

### インフルエンザが はやっていきます！

くしゃみ、せきなどの症状のほかに、高熱と頭痛が急激に現れたら、インフルエンザかもしれません。潜伏期間が1～3日と短く、感染力が強いため注意が必要です。早めの受診を！

**症状**

- 突然の高熱 (40℃前後)
- 頭痛
- おう吐
- のどの痛み
- 涼しいせき
- 関節痛 筋肉痛
- 鼻水

**予防のために**

- なるべく人込みを避ける
- 部屋の湿度は50～60%くらいに。こまめな換気を心がける
- 十分な睡眠、休養をとる
- バランスのよい食事、十分な水分補給を

## ギョウ虫を 予防する

ギョウ虫はおしりの穴の周りに付く虫。ギョウ虫がいると、おしりがかゆがったり、夜泣きをしたり、落ち着きがなくなったりします。家族同士でうつるので、身の回りを清潔にして、家族全員で予防を心がけることが大切です。

### 予防 6か条

- 1 起きたら手を洗う
- 2 つめは短く切る
- 3 パンツは毎日、シーツはこまめに取り替える
- 4 布団を干して日光消毒する
- 5 毎日お風呂で体を洗う
- 6 寝室の床は、掃除機をこまめにかけて清潔に



## 尿・ぎょう虫検査について



今月は、尿・ぎょう虫検査があります。

10月10日(火)に容器を配布予定しています。

回収日は10月12日(木)、10月13日(金)の2日間となっていますので、忘れず期間内の提出をお願いします。

※期間内に提出できない時は、各自で成人病健診センターへ提出してもらいます。

大切な検査となりますので、ご協力よろしくお願いします。