ほけんだより　11月号

2026年10月30日
企業主導型保育所
ＯＵＲＳｂａｂｙ
保健課

朝晩の冷え込みで、厚着で登園するお子さんも増えましたが、日中の活動は意外に汗をかきます。脱ぎ着しやすい上着での調整をお願いいたします。

インフルエンザかも？ と思ったら……

急に高い熱が出て、ぐったりして元気がないときは、普通の風邪ではなく、インフルエンザかもしれません。インフルエンザは感染力が強く、子どもたちの間で流行しやすいため、登園できない期間（登園停止期間）と、登園を再開できる目安が決められています。

1 受診しましょう

39度を超えるような高い熱、頭痛、関節や筋肉の痛みなどが出ます。鼻の奥の粘膜を取って調べる検査が一般的ですが、発症直後では正しい結果が出ないことがあります。お医者さんには、「いつからどんな症状が出たか」「身近に、同じ症状の人がいないか」なども、詳しく伝えましょう。

2 しっかり治しましょう

インフルエンザの薬（タミフルなど）は、ウイルスが増えるのを防ぎますが、ウイルスをやっつけることはできません。症状が治まり、元気になるまでしっかり休みましょう。

登園再開の目安が決まっています

インフルエンザにかかったら、登園再開には
- 熱が出て（発症）から5日たっている
- 熱が下がって（解熱）から3日たっている

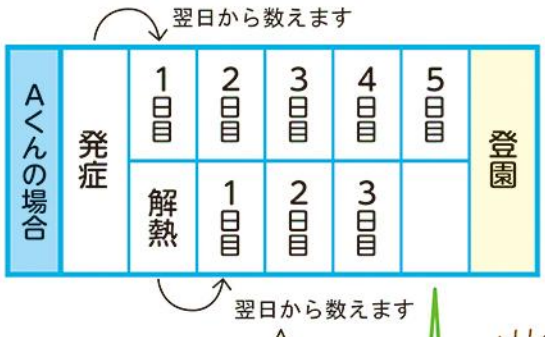
※小学生以上では、熱が下がって（解熱）から２日たっている
この両方を満たしていることが必要です。

診断がついた翌日に熱が下がっても、「発症から５日」の目安を満たすまで登園できません。また、登園再開には、医師による「登園許可」の診断が必要です。登園前に、もう一度診察を受けてください。

園へのご連絡をお願いします

インフルエンザと診断を受けたときや、医師からもう一度受診するように指示があったときなどは、園にもご連絡ください。







いったん熱が下がっても、また上がることがあるため、１日は様子を見ます。

発症からの日数と、解熱からの日数がそろわない場合は、両方の基準を満たすまで、ゆっくり体を休ませましょう。



健診のお知らせ

＊歯科健診

1日目：11月10日（火）1歳児

2日目：11月13日（金）0歳児・2歳児

＊内科健診

11月28日（金）15時～

～お願い～

・園医に聞きたいことがある場合は、事前に担任又は保健課までお知らせください。

・当日健診を受けられなかった場合は、個人で医療機関を受診していただきますので、よろしくお願いいたします。



インフルエンザワクチン接種について

2回目のインフルエンザワクチン接種が、11月20日（金）となっています。
希望されている方は当日、
予診票の記入漏れがないか確認しご持参ください。記入漏れや書類を忘れた場合は、予防接種を実施することができません。
また、接種当日に37.5℃以上の発熱を認めた場合も接種はできませんので、その際はご連絡いたします。
ワクチン接種当日なるべく早めのお迎えにご協力お願いいたします。

