

# ほけんだより 1月号



令和5年1月12日  
野上あゆみ保育園

新しい年になりましたが、年末年始のお休みはいかがでしたか？  
新型コロナウイルス感染症に感染したという報告もありますが、他園では、インフルエンザによる感染症の報告も出ています。嘔吐下痢症にかかった人もいるようです。  
子どもにとって、病気をすることは免疫力がつくので必要な経験ですが、出来るだけ元気な毎日が過ごせるようにしたいですね。



## <お願い>

保育園の新型コロナウイルス感染症の対応は宝塚市の方針に沿っておこなっています。

- 感染者が家族内に出た場合、または家族の方が PCR 検査をする時は速やかに園へ連絡し、子どもは自宅にて待機してください。
- 園児本人が濃厚接触者になった時は、陽性者との最終接触の翌日より5日間の自宅待機が必要です。

保育園は集団生活であり、乳児クラスではマスク着用が出来ないために病気に感染しやすくなります。

ご協力をお願いします



## 宝塚市保健だより～

### 風邪が流行る季節です

寒くなり空気が乾燥すると、くしゃみや咳などでウイルスは遠くまで拡散しやすくなります。また、鼻や喉の動きも寒さと乾燥で鈍くなるため、感染に対する防御反応が弱まります。そのため、風邪は冬に流行ることが多いのです。

新型コロナウイルスが流行し始めてから1年ほどは、マスクや消毒等の効果があつてか他の感染症が大きく流行することがありませんでした。その後、宝塚市内の保育所（園）では、RS ウイルスや感染性胃腸炎が例年にならないほどの流行がみられました。

これは、流行していない期間が長かったために、それぞれの感染症に対応する免疫が低下したことで引き起こされた可能性が指摘されています。インフルエンザもしばらく流行していないため、大きな流行が起こる可能性があります。

### 感染症を防ぐためにはどうしたらいい

- ① 手洗い
- ② 咳エチケット
- ③ 換気・加湿
- ④ 予防接種
- ⑤ 規則正しい生活

みなさんが既に実践されている新型コロナウイルス感染症対策は、基本的にどの感染症にも通じる対策です。気を緩めずに、しっかりと継続していきましょう。また、規則正しい生活をして、自分の体調を整えておくことは、予防においてとても重要です。

洗濯物の部屋  
干しも加湿に  
なります



外から帰ったらうがいと手洗  
いだね

