

1月の欠席者情報
中盤から後半にかけて、咳や発熱・胃腸炎での欠席が多くみられました。発熱は、解熱後24時間経過すること。嘔吐・下痢は、通常の食事を摂取しても嘔吐・下痢がなく元気があり食欲があること。これらを登園基準としています。症状が治まらずに登園をする子がみられます。園内での感染拡大を防ぐためにも基準を厳守してください。

子どもの花粉症について

こんなサインに注意

大人の病気と思われがちですが、5~9歳では13.7%、10~19歳では31.4%もの子どもが花粉症だというデータがあります。花粉症の症状があっても、熱がないなら大丈夫、と油断しがちですが、花粉症の症状がずっと続く和不快だけでなく、さまざまな問題を招く恐れがあります。

花粉症の三大症状

くしゃみが出る

鼻水・鼻づまりが続く

目をごする

●口をいつも開けている

しつこい鼻づまりのために、口呼吸になります。乾いた空気が口からのどに入るため、風邪などをひきやすくなるおそれがあります。

●なかなか寝ない

息苦しさのために、よく眠れなくなります。そのため、屋間に元気に遊べなかったり、きげんが悪くなったりします。小学生になると、授業に集中できないなどの問題が起こってくることも。

●日中元気がない、きげんが悪い

息苦しさのために、よく眠れなくなります。そのため、屋間に元気に遊べなかったり、きげんが悪くなったりします。小学生になると、授業に集中できないなどの問題が起こってくることも。

花粉と接する機会を減らそう

花粉症対策は、花粉に触れないようにすること。花粉に接する機会が多いほど、花粉症になる可能性が高くなります。花粉が増えるシーズンは、治療と予防をかねて、身の周りの花粉との接触を減らしましょう。

花粉を家に持ち込まないために

外干ししない

花粉が多く飛ぶシーズンは、洗濯物を外に干すのを控えましょう。

玄関で脱ぐ

外から帰ったら、コート類は玄関で脱いでつすなど、室内に花粉を持ち込まないようにしましょう。

服からも取り除く

衣類をはたくと、花粉が舞い散って逆効果です。粘着テープなどで取り除く、花粉がつきにくいツルツルの素材の上着を選ぶなどがおすすめです。

熱性けいれんが起こったら？

子どもが高い熱を出し、突然けいれんが起これば、だれでもびっくりするでしょう。でも、日本の子どもの5~10%が熱性けいれんを起こすので、めずらしいことではありません。熱性けいれんは熱の上がり際に多く、突然手足をガクガク震わせ、体をかたくつぱり、顔が悪くなり、白目をむいて、意識がなくなります。

熱性けいれんを起こしても、再発するのは30%程度です。また、繰り返し熱性けいれんを起こしても、成長とともに治まることがほとんどです。

発熱者が多い時期です。けいれん時には、携帯の動画で撮っておいたりすることも、病院受診時役に立ちます。

●熱性けいれんを起こしやすい病気

突発性発疹

ヘルパンギーナ

インフルエンザ

※急激に熱が上がる病気によく見られます。

けいれんが起こったら……

1 横向きに寝かせる

けいれん中におう吐することがあるため、顔を横向きにします。体が硬直しているときは、体ごと横向きに。



注意 やってはいけないこと

- 口にもものを入れる
- 舌をかむことはありません。ものをかませたり、口に手を入れたりしてはいけません。
- 体を揺り動かす
- 大声で呼びかける
- 刺激しないように、静かに見守りましょう。

2 時間を見ながら、静かに見守る

けいれんが続く時間を測りながら、静かに見守りましょう。ほとんどの場合、5分以内に自然に止まります。



ここを Check!

- けいれんがどこに起こっているか
- どんなけいれんか

けいれんの様子を見ておきましょう。手足がガクガクするのは左右両方か片方か、目はどちらを向いているか、けいれんは何分続いたか、などがわかると診断の参考になります。

3 子どもの様子によっては119番通報する

5分以内に治まり、いつもどおりの状態に戻る

かかりつけ医を受診しましょう

5分以内に治まったが、意識が戻らない、まひが残る、けいれんを繰り返すなどの場合

119番通報する
けいれんの原因となる病気がある可能性があります。



けいれんが5分以上続く