



# ほけんだより



東中川保育園  
平成29年度 10月号  
担当：廣野

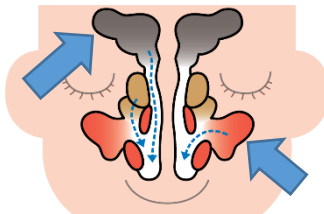
先月まで流行していた水痘は終息傾向となり、元気に登園できる子が増えてきています。今週末には、いよいよ運動会です。遊戯やリレーなど、頑張っている子ども達。「途中で転んだけど、最後まで頑張って走ったんだよ」と少し自慢げに教えてくれる子もいます。冷え込みも徐々に厳しくなり、秋も深まってきました。季節の変わり目は体調を崩しやすいので注意しましょう。

## ●あなたの鼻は大丈夫？●

季節の変わり目、ということもあって鼻水が出ている子が多く見受けられます。鼻水や鼻づまりを放ったままにすると、炎症がひどくなり中耳炎や副鼻腔炎（蓄膿症）、目やになどにつながる可能性があります。悪化してしまう前に、治療をすすめていきましょう。

### 【副鼻腔炎（蓄膿症）ってどんな病気？】

顔の骨の中にある空洞に炎症や膿がたまってしまった状態のことを言います。ねばねばとした黄色や緑色の鼻水や頭痛、注意力が散漫になったり発熱することもあります。抗生剤を飲むなどして治療していきます。重症化してしまうと、手術が必要になることがあります。



### 【上手に鼻をかむポイント】

- ①まずは、口から息を吸い込みます。ティッシュを広げて鼻全体を包むように押さえます。
- ②片方の鼻を押さえ、ゆっくり少しずつかみます。強くかみすぎたり、両鼻一緒にかむと、耳が痛くなってしまうので注意しましょう。



## ●おたふく風邪にご用心！

9月の耳鼻咽喉科学会で「過去2年間におたふく風邪に罹患した子の中で、少なくとも336人に難聴の症状が出た」と発表がありました。年間数十万人～140万人が罹っていると言われています。罹患するほとんどは10歳位までの子どもですが、大人でも罹患してしまう事があります。おたふく風邪は、ワクチンで予防、罹患しても症状を軽くすることが出来る病気です。難聴以外にも、髄膜炎や脳炎などの合併症もあります。1歳以降での任意接種になりますが、接種することをお勧めします。

潜伏期間：2～3週間

症状：耳下腺の腫れ（耳の下）、発熱  
鼻水、咳



※感染しても無症状で免疫が出来ている場合があります。

※出席停止の病気です。登園開始には医師の記入した許可書が必要です。

### 【9月の感染症統計】

- ・水痘…6人
- ・RS感染…5人
- ・手足口病…8人

※水痘は終息傾向です。

### 【今月の保健行事】

- 10日(火) 身体測定
- 11日(水) 乳幼児健診  
(全園児対象)
- 18日(水) 歯科検診  
(全園児対象)

※歯科検診予備日は  
11月8日(水)です。