



12月のほけんだより



令和7年12月発行
嘉麻市病後児保育室
にこにこルーム
Tel 0948-52-0700

年の瀬を迎え、何かとあわただしい12月。気温が一気に下がり空気が乾燥して、ウイルスに感染しやすい状況になっています。子どもたちにとっては年末年始にむけて色々な行事も多くなり、お楽しみがいっぱいの月ですが体調管理には十分気を配っていきましょう。

心配な インフルエンザ脳症

インフルエンザの合併症で特に気をつけたいのがインフルエンザ脳症。特に0、1、2歳児は発症しやすく、後遺症が残ったり、重症化すると命を落としたりすることもあります。万が一のような症状が見られたら、すぐに救急車を呼んでください。

こんな症状は脳症かも？

- インフルエンザを発症して1～2日後に突然高熱が出る
- けいれんが10分以上続く
- けいれんを繰り返す
- 呼びかけても反応しない、ぼーっとしている、目がうつろである
- ずっと寝続けている



背すじびん！で 元気！

寒いとつい背中を丸めてしましますね。でもそれでは、心臓や胃、腸などが活発に働いてくれません。また、乳幼児期は背骨や、背骨を支える筋肉が発達する大切な時期。強い骨と筋肉を作るためにも、よい姿勢で過ごすことを心がけましょう。背すじびん！は気持ちいいばかりでなく、健康にもよい影響を与えるのです。



ノロウイルスに注意！

ノロウイルスによる胃腸炎の流行期です。吐き続ける時や脱水の状態がひどい時は点滴や入院が必要な場合もあります。

※こんな時は早めの診察を！！

- ・病院から戻ってからも吐き続けるとき
- ・元気が無く、顔色が悪いとき
- ・唇が乾いて、おしっこが少ないとき



やけどをしたら…

冬はストーブやファンヒーター等で、お子さまのやけどの事故が増える時期です。最近ではヘアアイロンでやけどをする事が増えているようです。万が一やけどをしてしまったら、まずは流水で冷やし、症状によっては病院で診てもらいましょう。

病気はなおってきたけれど、
まだ集団生活に戻るのはきつそう…
そんな時は
病後児保育室にこにこルーム
へご相談ください