

ほけんだより 1月

太陽の子保育園 2021年1月号



あけましておめでとうございます。冬休みは楽しくすごせましたか？
つい不規則な生活をしたり、食べすぎたりしませんでしたか？
今年も子どもたちが健康に過ごせるように、ほけんだよりを通して病気の予防法などをお伝えしていきます。本年もよろしくお願いいたします。

暖房で寝る子 風邪4分の1 新型肺炎の予防にも？

寝室を暖房で温めて寝る子どもは、そうでない子どもに比べ、
風邪をひく人の割合が4分の1にとどまるという調査結果を
産業医科大（北九州市）の藤野善久教授らのチームが
2020年2月28日までにまとめた。

藤野教授は、温かい部屋にすることで免疫の低下を防ぐ
ことができたとして、
「新型コロナウイルスによる肺炎を含む冬の呼吸器感染症の
予防に役立つのではないかと話している。

海外では室内の温度が低下すると、循環器病や呼吸器疾患が
起きやすいとの研究があり、
WHOは健康維持のため、冬場の室内の温度を18度程度に保つことを推奨している。

だが日本の家屋は地域によっては断熱が不十分で、18度を下
回ることが多いとの報告がある。

チームは子どもの寝室での暖房使用と感染症との関係
を調べるため、福岡県の暖房を使う12歳以下の子ども156人
と、使わない子ども155人の計311人を対象に調査。

2018年12月から2019年2月までの3か月間の風邪や発熱の
発症状況を比較した。

この結果、暖房を使った子どもは、使わない子どもと比べて、
3回以上風邪をひくリスクが0.23倍と小さいことが分かった。
3日以上発熱は0.27倍、インフルエンザの発症は0.55倍だった。

北國新聞、2020年2月29日より



暖房して寝る子が 発症するリスク

風邪 (3回以上)	0.23倍
発熱 (3日以上)	0.27倍
インフルエンザ	0.55倍

*暖房せず寝る子と比較した場合



薬について

保育園では原則的に薬の投与はしていません。病院を受診した際はその旨を伝え、薬の投与は2回以内にするか、もしくは、朝、降園後、夜の三回にしてもらってください。塗り薬、目薬に関しても同様です。また、薬を服用して登園する場合は、登園時にその内容をお伝えください。

みずぼうそうワクチンは
3歳の誕生日の前までに～

みずぼうそう(水痘)は、水痘帯状疱疹ウイルスによる感染症です。

主症状は、発疹、発熱で、すべての発疹がかさぶたになるまで、出席停止です。

一度感染すると、生涯にわたり、体内(脊髄後根神経節)に潜伏し、免疫力の低下や高齢により帯状疱疹を発症することがあります。



最近の国内の調査では、1回のワクチンを接種することで水痘にかかるリスクは77%減少し、2回接種で94%水痘にかかるリスクを減らします。

水痘にかからないためには
ワクチンの一回接種では不十分で、
2回接種が必要です。



3つのポイントでお片づけを楽しく

おもちゃの量を見直して

お片づけに時間がかかってしまうのは、
出すおもちゃが多いのかも。
見直してみるのも大切。



お片づけは簡単に

おもちゃを箱に入れるだけの
「簡単お片づけ」からはじめて
みましょう。



できたらたくさん褒めて

お片づけが終わったら、たくさん褒め
ましょう。部屋がきれいだと気持ちがい
いな、という感覚が育ちます。



どうして
定期接種期間を過ぎると
どうしていけないの???

定期接種の期間を過ぎて、同じ予防接種を受けた場合、任意接種という形になります。

この定期接種と任意接種の違いは、
無料(^^♪有料(T_T)だけではありません。

万が一の健康被害が起こった場合、
定期接種と任意接種では、その補償に差があります。

定期接種には、定期接種法による手厚い補償制度があります。(厚生労働省による予防接種健康被害救済制度)
任意接種の場合、「独立行政法人医薬品医療機器総合機構法」という法律で決められた給付を受けることになります。

補償内容が大きく違うのは、予防接種法による定期接種の場合は「病気のまん延を予防すること」が目的として明確に記されているからです。
「自分のためだけではなく、他の人のために」接種した予防接種によって健康被害を受けたのだから、それだけ高い金額で補償しましょうということです。

定期接種とは「予防接種法による手厚い救済措置を受けられる予防接種」です。

予防接種は、定期接種の対象となる期間に受けましょう。

