



# 1月のほけんだより



平成29年1月発行  
はごろも保育園

あけましておめでとうございます。年末年始のお休みはいかがでしたか？  
不規則な生活習慣がついてしまった……というお子さんはいませんか？  
毎日冷え込み、体調を崩しやすくインフルエンザも流行る時期です。気持ちも新たに、健康管理に留意しましょう。

## 「かぜ」と「インフルエンザ」どう違う？

かぜとインフルエンザの違いは、主にウイルスの種類と症状です。

- **かぜ**は、アデノウイルス、ライノウイルス、RSウイルスなどが原因で、微熱、鼻やのどの痛み、くしゃみ、鼻水、などが主な症状。
- **インフルエンザ**は、インフルエンザウイルスが原因で、40℃前後の高熱、悪寒、のどの痛み、せき、鼻水のほか、関節痛や筋肉痛を伴うのが特徴。

### ★インフルエンザの登園停止期間の数え方

インフルエンザ発症後、登園可能になるには下記の2つの条件を両方、満たさないとはいけません。

- ・発症後5日が経過していること
- ・解熱後3日が経過していること

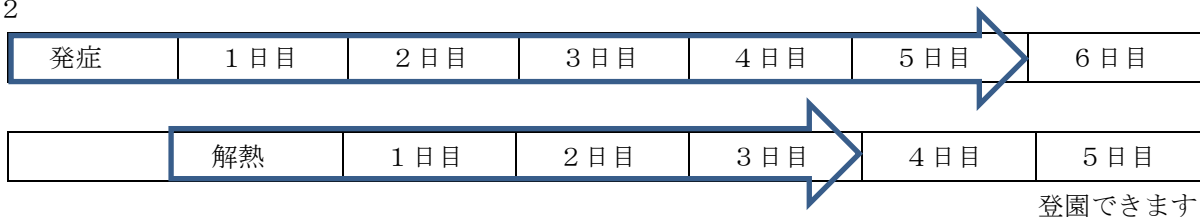
発症とは発熱の症状が現れたことを指します。日数の数え方は発熱が始まった日は含まず、翌日から発症第1日目とを考えます。(登園のめやすは、子どもの全身状態が良好であることが基準となります。)

例1



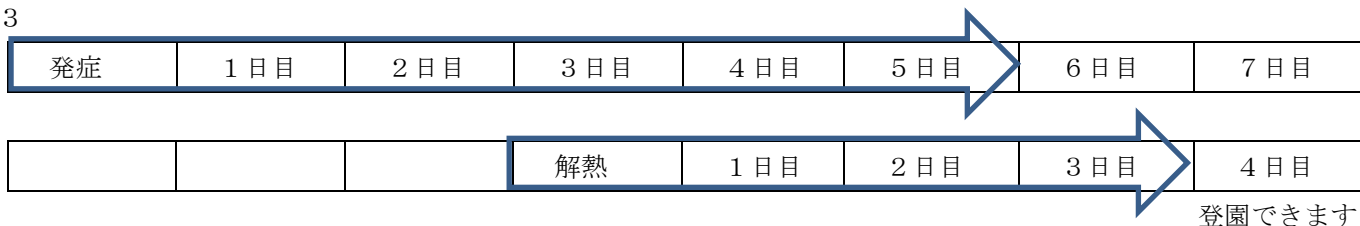
この場合、発症後6日目に登園できます。

例2



この場合、解熱して3日経過しても、発症後5日が経過していない為、すぐには登園できません。  
発症後6日目に登園できます。

例3



この場合、発症後5日が経過していても、解熱後3日が経過していない為、すぐには登園できません。  
発症後7日目に登園できます。