



# ほけんだより



令和7年1月15日発行  
うえだこども園

インフルエンザ等の感染症が心配な季節です。園でも手洗いを徹底しています。ご家庭でも、健康に過ごせるようご協力をお願いします。



## インフルエンザと かぜの違い

インフルエンザ		かぜ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
38～40℃	熱	37～38℃くらい
大流行することも	感染	インフルエンザと比べると感染率は低い
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症など	合併症	安静を守ればひどくなることは少ない



インフルエンザでは、発症後5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園をお休みします

## 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、下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？

- けいれんが5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

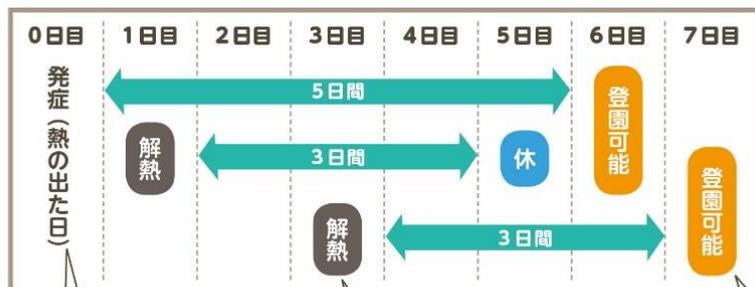


## インフルエンザと診断されたら

## 登園の目安をお守りください

インフルエンザの登園の目安は「発症（発熱）後5日経過し、かつ、解熱した後3日経過していること」です。この期間は、消耗した体力を回復させる大事な時間でもあります。

登園の目安は、小学生以上（解熱後2日経過）とは異なるので注意してください。



インフルエンザと診断されたら、登園再開日など、医師からの指示を園にご連絡ください。

いったん熱が下がっても、再び高くなることがしばしばあります。熱が下がったら1日様子を見て、その次の日から3日間、ゆっくり休んでください。

登園再開には、「発症後5日」「解熱後3日」のうち、長いほうの期間を守ってください。また、お子さんの体力が十分に回復しているのかも見てあげましょう。

