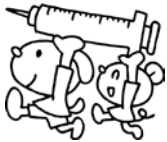




平成29年11月1日
白鳥保育園
看護師

11月に入り、沖縄も少しずつ秋らしくなってきました。季節の変わり目は体調も崩しやすくなります。今月はおゆうぎ会があります。規則正しい生活を心がけて体調管理に気を付けていきましょう。



インフルエンザ予防接種のシーズンです。

子どもの場合は、1シーズン2回接種が標準です。接種してから、2週間以上たたないと効果が表れないので、接種するかたは、12月の流行期に入る前に済ませるようにしましょう。ただ、アレルギーのあるお子さんの場合、受けられないこともあります。医師とよく相談してください。



先月は、インフルエンザB1名、手足口病2名、ヘルパンギーナ1名出ています。

引き続き体調管理に気をつけて、規則正しい生活を心がけていきましょう。

鼻水・鼻づまり

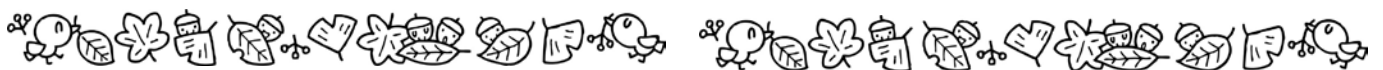
*****鼻水や鼻づまりはどうしておこるのでしょうか？*****

鼻水…鼻を通る空気の速さや、温度、湿度、空気に含まれるゴミなどの刺激によって出ます。

鼻づまり…細菌やウイルスや冷たい空気が入ってくると、鼻の粘膜の下の血管がはれ上がり、空気の通り道が狭くなります。この状態を鼻づまりといいます。

鼻水や鼻づまりをほうっておくと、鼻やのどの粘膜が炎症をおこし、ほかの病気の原因になることもあります。鼻水・鼻づまりが気になったら、早めに病院を受診しましょう。そして家庭では、鼻水が出たらふく、鼻がつまったらかむ、という生活習慣が身につくよう、繰り返し伝えていきましょう。

また、鼻水のかみ方を間違えると中耳炎を発症する事もあるので、片方ずつ小鼻を押さえ、静かに鼻をかむという方法も伝えていきましょう。



★尿・蟻虫検査のご協力ありがとうございました。

提出できなかった児の再提出日は 11月15日(水曜日) となっております。

当日朝9時半までに事務所に提出してください。

検査結果は、11月15日以降に配布します。



☆ 11月29日(水曜日)は午後から内科健診を予定しています。

できるだけお休みしないようご協力よろしくお願いたします。