



令和6年2月
白鳥保育園
看護師

1月の感染症
インフルエンザA型（本園3名） インフルエンザB型（本園6名）
インフルエンザと新型コロナ同時感染（本園3名）
溶連菌感染症（分園1名、本園1名）

2月3日は節分。「鬼は外！福は内！」元気な豆まきの声が聞こえてきます。
子ども達の中にある細菌やウイルスも体から出ていきますように！
県内ではインフルエンザ・コロナウイルス感染症が増えている様です。引き続き、
手洗いうがいをしっかり行い感染予防に努めていきましょう。

豆まき、少し工夫して楽しみましょう！

豆まきは楽しい行事ですが、いり豆は^{ちっさく}窒息や^{ごえん}誤嚥の原因となりやすい食べ物です。
のどにつまらせたり（窒息）、砕けた豆が気管に入りこんでしまう（誤嚥）危険
がありますので、5歳までは食べさせないようにしましょう！（2021年 消費者庁より）
特にお兄ちゃんお姉ちゃんがいる家庭では、兄弟が豆を食べているのを見て欲しが
ることがありますが、食べさせないようにしましょう。
また、家の中にまいた豆を拾って口に入れないように
注意してくださいね。
園では、丸めた新聞紙やボールを豆に見立てて豆まきを
楽しみたいと思います。



《こんなものにも要注意！》
ピーナッツ、アーモンドなどのナッツ類も
窒息・誤嚥の原因になりやすい食べ物です。
5歳までは食べさせないようにしましょう。



食物アレルギー Q&A

質問① 食べさせる時期が遅い
ほうが食物アレルギーを
起こしにくいのか？

ある研究では、生後4～5か月に離乳食で
卵を食べ始めたグループより、生後10～12
か月に卵を食べ始めたグループのほうが、卵
アレルギーを起こす危険性が高かったことが
報告されています。食べさせる時期を遅らせ
るよりも、一般的なスケジュールのとおり
開始したほうが食物アレルギーになりにくい
のです。

答え 遅らせるほうが危険。
スケジュールどおりに
開始しましょう。

質問② 1回食べて大丈夫なら、
もう問題ないのか？

食物アレルギーは食べた量に依存して症状
が出ることがあります。例えば、卵を1/8個
食べて大丈夫でも、1/4個食べると症状が出
るなどという場合です。特に0歳児で食物ア
レルギーの原因となりやすい、鶏卵、牛乳（ミ
ルク）、小麦などは少量より開始し、徐々に
量を増やしていきましょう。初めて食べるも
のは、体調がよく、何かあったらすぐ受診で
きる時間帯に試しましょう。

答え 量を増やしてみましょう。

質問③ 食物アレルギーって、
防ぐことはできないのか？

皮膚には、異物の侵入を防ぐ「バリア機能」
があります。ところが、皮膚が乾燥してバリ
ア機能が低下していると、食べ物の成分が皮
膚から体内に入り、アレルギーを起こすこと
がわかってきました。小さなころからしっか
り保湿して皮膚を守ると、食物アレルギーの
リスクを下げる可能性があります。

答え 保湿ケアで皮膚のバリア
機能を高めましょう。

食べ物は、胃や腸で
消化されてから全身
に届きます。



ところが、皮膚から侵入した成分は、ほぼ
そのまま免疫細胞に届いてしまい、アレル
ギーを起こしやすいといわれています。