

今年は秋が短く、12月に入るや早くも雪の便りがちらほらと聞こえてくるようになりました。併せてこのところのインフルエンザの広がり、一気に感染症も冬の流行期モードに突入したようです。

先月から流行が見られていたマイコプラズマも依然として感染が見られますし、インフルエンザに罹って治ったところへ他の感染症にかかるというパターンもよく見られます。感染症罹患後は体力も落ちていきますので、特に注意が必要です。

ほほえみでは、年間を通して感染症のお子さんの受け入れには特に注意を払って行っています。施設内での感染がおこらないようにするために、症状の細かい聞き取りや経過観察・検査後の入室のお願い等・・・もちろん受け入れに際しては医師の指導の下、必要に応じた隔離を行い保育を行っています。

入室後もお子さんの体調チェックをしながら、適宜及川医師と連絡を取って経過観察を行いますので、安心してご利用いただきたいと思います。

小規模ながらも集団での保育看護です。小集団の良さを生かし、体調不良でも友だちと過ごすことで「楽しい!」と覚えることが免疫力アップにもつながると考えますので、保護者の皆様のご理解とご協力を引き続きよろしくお願いいたします。

薬の消費期限・保存する時の注意点

【乳幼児の薬の消費期限】

院内処方の内服薬は簡易包装のため、**3ヶ月程度**が期限です。薬局で密閉包装されていればもう少し長い期間持ちます。水薬は**冷蔵保存**で、封を開けない状態であれば**1ヶ月**、封を開けたら**1週間以内**に使用しましょう。坐薬は冷蔵保存であれば半年～1年間は持ちます。古くなった薬を飲んでも十分な効果は得られません。薬は長期保存せず、生ものと同じなのでそのように扱しましょう。

★治療薬(抗生物質・抗ウイルス薬)は決められた分量を決められた間隔で飲みきりましょう。自己判断で飲む量を調整・またはやめてしまうと菌が薬に耐性を持つてしまうため危険です。

【薬の保存方法】

粉薬：室温(0～30℃)で湿気が少なく、直射日光の当たらない場所に保管する。

シロップ：特に指示がなければ冷蔵庫で保管。成分が沈んでいたら振ってから飲ませる。

坐薬：解熱剤は冷蔵庫に保管。坐薬の種類によっては室温保存のものもある。

軟膏：室温(0～30℃)で保存。冷所保存の指示があれば冷蔵庫で保存する。

【及川医院からの処方について】

及川医院でよく処方されるクレマスチン・メプチンは鼻炎や咳の改善、気管支を拡張し痰を出しやすくしたりする薬です。及川医師曰く、風邪薬や解熱剤など症状を和らげる薬は1～2日手助けのために使用し、基本は子ども自身の免疫で治すべきだとのこと。

知っておきたい！下痢の種類



朝晩が冷え込む季節になり本格的な冬を迎えようとしています。これからの季節はお腹の調子を崩し下痢になるお子さんも増えてきます。下痢を起こす原因としては、ウイルスや細菌によって引き起こされる感染性のものと、消化器官に異常がなく特にこれといった原因はないのに起こる機能性のものがあります。違いを理解して正しい対応をしましょう。

感染性下痢症とは

ウイルスや細菌が原因で起こる下痢です。ノロウイルスやロタウイルスなどが代表的で、発熱・嘔吐・腹痛を伴う事もあります。食欲がなくぐったりしていることも多いです。感染力が強く集団の中で広がりやすいため登園は控えて、受診の上医師の指示に従いましょう。ご家庭では手洗い・うがい・オムツの処理をしっかりと行い、タオルの共用を避けることも大切です。

機能性下痢症とは

感染が原因ではなく、腸の動きが一時的に活発になりすぎることによって起こる下痢です。冷たいものの摂りすぎ、心理的なストレス、生活リズムの乱れなどが関係していることがあります。特に赤ちゃんは消化機能が未熟であり起こしやすいです。発熱や嘔吐はなく、元気で食欲もある場合が多いです。水分をこまめに摂り、消化の良い食事（おかゆ・うどん等）を心がければ、自然に回復する場合がほとんどです。

下痢をしたときは…

下痢の時は脱水状態にならないように水分補給が大切です。また、胃腸に負担の少ない食事をとりましょう。



おもゆ、おかゆ、柔らかいご飯、くたくたのうどん、野菜スープ、味噌汁、とうふ、いも・野菜・かぶ・人参・かぼちゃなどの野菜の煮物、すりおろしたリンゴ、食パン、ビスケット などがおすすめです。



登所の目安

○感染性下痢症の場合

1日以上下痢が出ず元気や食欲が戻っている
医師に登所可能と判断された

○機能性下痢症の場合

下痢が改善し元気が戻っている
食欲が戻り体調が安定している



写真展示でPR活動

「病児・病後児保育ってどんなところ？」と題して、出雲市乳幼児健診（4か月、1歳6か月）会場に出雲市の病児・病後児保育6施設のPRポスターを展示しています。PRを通して子育て中の家族の応援団になれるよう活動しています。まだ登録をされてない方は、第一歩を踏み出してみませんか？登録方法は、各施設に問い合わせの上行ってください。

尚、この写真展示の写真使用のお願いをしたお母さんからとてもうれしい励ましのラインを頂きました。ご紹介します。



病気の子どもを預けて仕事なんて。。と私も利用する前は病児保育を利用することに罪悪感を感じていたこともありましたが、実際預けてみると写真のとおり子どもたちもとても楽しそうですし、スタッフの皆さんの優しいお声かけもあって、安心して仕事と育児の両立ができており、とても感謝しています。この写真を見て私のような考えを持った親御さんの病児保育を利用するハードルが少しでも下がれば幸いです。

病児・病後児保育ほほえみを利用される際に、その日の様子や遊びを写した「ほほえみメモリー」をお渡ししています。家族で一日頑張ったお子さんの様子について語るもよし、保育所等に復帰する際には、医師の登所許可の意見も記載していますので許可証代わりに持って行くこともできます。ご活用ください。

12月30日（火）～1月3日（土）は、休所します。



今日の遊び

遊びの内容

体調、状態など

体温、活気、症状等

医師の意見、登所目安

