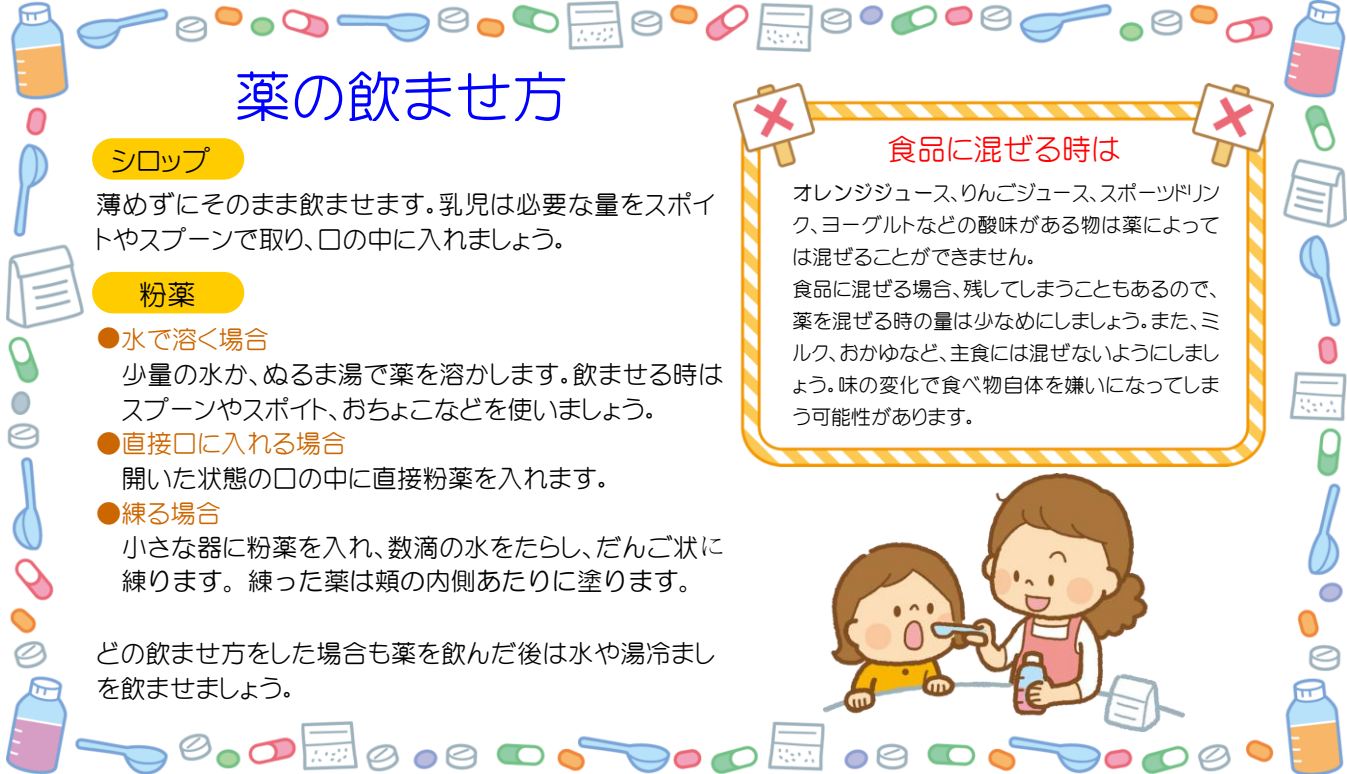




# 2月のほけんだより

令和7年2月1日  
牛久さくら保育園

1月は、インフルエンザやアデノウイルス、胃腸炎、手足口病等多くの感染症がでました。療養期間を守っての登園再開にご協力いただきありがとうございます。こども達の元気な笑顔は、きちんとした体調管理ができてこそ生まれるものです。免疫力アップのためにも生活リズムを整えましょう。



## 薬の飲ませ方

### シロップ

薄めずにそのまま飲ませます。乳児は必要な量をスポイトやスプーンで取り、口の中に入れましょう。

### 粉薬

#### ●水で溶く場合

少量の水か、ぬるま湯で薬を溶かします。飲ませる時はスプーンやスポイト、おちょこなどを使いましょう。

#### ●直接口に入れる場合

開いた状態の口の中に直接粉薬を入れます。

#### ●練る場合

小さな器に粉薬を入れ、数滴の水をたらし、だんご状に練ります。練った薬は頬の内側あたりに塗ります。

どの飲ませ方をした場合も薬を飲んだ後は水や湯冷ましを飲ませましょう。

**食品に混ぜる時は**

オレンジジュース、りんごジュース、スポーツドリンク、ヨーグルトなどの酸味がある物は薬によっては混ぜることができません。

食品に混ぜる場合、残してしまうこともあるので、薬を混ぜる時の量は少なめにしましょう。また、ミルク、おかゆなど、主食には混ぜないようにしましょう。味の変化で食べ物自体を嫌いになってしまう可能性があります。



## 予防接種で防ごう 風しん

### どんな症状？

37～38度の熱が出て、赤い細かいポツポツが全身に広がります。熱も発しんも、3～4日ほどで治まります。



### 予防接種のタイミング

1歳のお誕生日にMR、ランドセルの準備とMR  
麻しん風しん混合(MR)ワクチンは、1歳と5歳(小学校入学前の1年間)の2回接種。忘れずに受けましょう。

**登園再開の目安**  
発しんが完全に消えていること

### 子どもには……

#### 軽い病気

熱やポツポツのほか、せきやのどの痛み、だるさが出るがありますが、それほど重くなることはありません。特に治療しなくても、安静にしていれば自然に治ります。

### 妊娠中の女性には……

#### おなかの子どもに影響する怖い病気

風しんが怖いのは、妊娠中の女性がかかるとおなかの中の赤ちゃんに影響を及ぼすことがあるためです。妊娠中には予防接種を受けられないため、周囲の人が予防接種を受けて、風しんをうつさないようにしましょう。