



2025 年度 12 月号

はやしクリニック

## キッズ・ケアールームだより



今年も残り1ヶ月になりました。冷たい風が吹き、思わず背中を丸めてしまいそうになりますが子ども達は寒さを忘れて、元気いっぱいに体を動かして遊んでいることでしょう。

11月のキッズ・ケアールームでは、インフルエンザ、水痘、上気道炎などで65名の利用がありました。



寒暖差が大きく、体調を崩しやすい季節になりました。朝晩はぐっと冷え込むようになり、急な寒暖差は体に負担がかかり、免疫力も低下しやすくなります。体調を崩しやすいこの時期に備え、今回は、「インフルエンザ」と「風邪」の違いについてお知らせします。

### インフルエンザ

### かぜ

インフルエンザウイルス	原因	多くの種類のウィルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
急にぐんと熱が上がり、全身がだるくなることが多い	症状の出方	ゆっくり始まり、のどの痛みや鼻水が多い
39～40℃の高い熱が出やすい インフルエンザの熱が一度下がっても再度上がってくる場合があります	熱	出ても微熱程度のことが多い
頭痛、関節痛、強い倦怠感	その他の症状	鼻水、鼻づまり、軽い咳、微熱
強い	感染力	比較的弱い
高熱が続く時・全身症状が強い時・突然の高熱の時	受診の目安	症状が辛い時
ワクチン接種・手洗い・うがい・換気・十分な睡眠	予防	手洗い・うがい・換気・休養

～～院長先生より～～

子どもの熱の原因は様々です。高い熱は重い病気とは言えないので高い熱が出てもあまり心配しないようにしましょう。ワクチンも接種しながら、少ない量のウィルスを吸い込んで、できるだけ軽くかかることを繰り返してインフルエンザに対する免疫力が高まっていきます。このため高校になると学級閉鎖は急に少なくなります。インフルエンザは1シーズンに700万～1000万人罹ります。熱の出ない人も2割くらいいます。文科省が法律で5日間休ませるのは日本だけであり、育児妨害のように思えますね。

★年末年始のお休みは、12/27(土)～1/4(日)です。

1/5(月)より通常通りに保育を行います。

★今年もおたよりをご覧いただきありがとうございました。

皆様、体調を崩さずお元気で新年をお迎えください。



〒194-0035

町田市忠生 2-29-20

042-793-3722

