



# ～ほけんだより3月号



令和8年3月1日  
長野こども学園

今年度も残すところあと1か月となりました。この1年で子どもたちは、心も体も大きく成長し、頼もしい姿を見せてくれます。進級や卒園を控え期待と不安が入り混じる時期ですが、最後まで元気に楽しく過ごせるよう、日々の体調管理に務めてまいりましょう。さて先月全国的にインフルエンザが猛威を振るい、特にインフルエンザB型の割合が増えています。河内長野を含む南河内エリアの報告数は、警報レベルの基準(30人)を大きく上回る(45人)と府内でも特に高い数値になっていました。今シーズンは、一度落ち着いた後インフルエンザB型が再流行し、1シーズンに2度も警報レベルを超える異例の事態となっています。また、胃腸炎も同時流行し患者数も増加しています。保護者の皆様には急な体調不良によるお迎えや自宅療養にご協力頂き、心より感謝申し上げます。引き続き感染対策に気配っていきましょう。

## インフルエンザB型に警戒！！

### 1. 発熱の傾向について

38度前後の高熱が出るのが一般的ですが、高熱が出ない(微熱程度)のケースもあります。

### 2. 二峰性(にほうせい)発熱

一度熱が下がっても再び発熱が出てぶり返すこともあります。

### 3. 発熱以外の症状について

咳や鼻水などの呼吸器症状や吐き気や嘔吐、下痢や腹痛など消化器症状なので胃腸炎と間違えやすいです。稀に肺炎や気管支炎、インフルエンザ脳症、熱性けいれんや脱水などの重症化や合併症を引き起こすことがありますので必ず受診しましょう。

4. 抗インフルエンザ薬は、発症から48時間以内に服用しないと十分な効果が期待できないそうです。

5. 発症後12時間以内にインフルエンザの検査や市販の検査キットを使用した場合、偽陰性になりやすいです。

6. 検査結果が陰性で一旦解熱しても翌日より症状が続いたり悪化している場合は、再度医療機関へご相談しましょう。

### 7. 登園の基準(コロナウイルスも同様)

発症日を0日として、5日を経過していること。

なおかつ、解熱後3日経過していること。

(乳幼児の場合は、望ましいです。)

上記2つの条件を両方とも満たした日より登園可能です。

また、登園届をご記入して頂いてから登園になります。

\*乳幼児の場合、なぜ解熱後3日なのか？

① ウイルスの排出期間が長い。②集団感染の防止。

③症状がぶり返しやすい。

乳幼児は、一度解熱しても再度発熱する「二峰性発熱」が見られることがあり、また体力の回復にも時間がかかりやすい事を考慮し、1日多く設定されています。

## 感染性胃腸炎(胃腸風邪・お腹の風邪)

### 1. 症状について

発熱や熱がなくても吐き気や嘔吐や下痢や腹痛など消化器症状があります。

### 2. 原因について

病原菌の多くはウイルスと細菌です。

主にウイルスは、ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルスなどがあります。細菌は、カンピロバクター、サルモネラ菌、ウエルシュ菌、病原性大腸菌、黄色ブドウ球菌などがあります。

\*嘔吐や下痢があれば、脱水症状になりやすいので必ず受診しましょう。また熱がなくても、症状があればゆっくりと静養しましょう。

目安として、静養後下痢や嘔吐などの症状が治まり、普段の食事が摂れ、体力が回復してから再度受診して頂き、治癒証明書をもらったの登園となります。

\*園で嘔吐や下痢をした場合、衣類はそのまま洗わずに、ビニール袋に入れてお渡し致しますのでご了承ください。

## 進級前卒園前に予防接種を確認！！

母子手帳を見て受け忘れていないかチェックをする。

特にMRワクチン(麻しん風しん混合)第2期

ゆり組さんは、3月31日が公費負担の期限です。

## 2月の感染者数

① インフルエンザB型(みなし陽性) …36名

② インフルエンザA型 … 2名

③ 感染性胃腸炎 … 8名

④ 突発性発疹(疑いも含む) … 2名