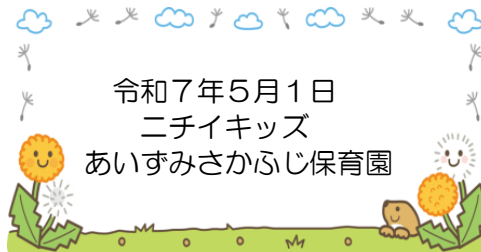


ほけんだより 5月号



令和7年5月1日

ニチキッズ

あいずみさかふじ保育園

春の風が心地よく、さわやかな気分になれる5月。しかし、日によっては暑く感じる日もあり、体や心も疲れが出て、けがをしたり体調を崩しやすい時期でもあります。規則正しい生活をして、元気いっぱいにご過ごせるようにしましょう。

爪はきれいかな？

子どもたちは様々な物に触れるため、爪の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。手洗いで落としきれない汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう。また、爪が長いとどこかにひっかけてしまったり、お友だちを傷付けてしまうことにもなりかねません。おうちでは定期的に切ってくださいようお願いいたします。



RSウイルス感染症とは

RSウイルスの感染による呼吸器の感染症です。RSウイルスは日本を含め世界中に分布しています。何度も感染と発病を繰り返しますが、生後1歳までに半数以上が、2歳までにほぼ100%の児がRSウイルスに少なくとも1度は感染するとされています。

症状としては、発熱、鼻汁などの軽い風邪様の症状から重い肺炎まで様々です。RSウイルスの初回感染時には、より重症化しやすいといわれています。特に生後6ヶ月以内にRSウイルスに感染した場合には、細気管支炎、肺炎など重症化する場合があります。

厚生労働省 ホームページより
登園の目安：呼吸器症状が消失し、全身状態が良いこと、保護者の方の記入による**登園届**が必要です。

SIDS(乳幼児突然死症候群)とは？

OSIDSは、何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る原因のわからない病気で、**窒息などの事故とは異なります。**

○平成27年度には96名の赤ちゃんがSIDSで亡くなっており、乳児期の死亡原因としては第3位となっています。

OSIDSの予防方法は確立していませんが、以下の3つのポイントを守ることにより、**SIDSの発症率が低くなるというデータがあります。**

SIDS(乳幼児突然死症候群)を予防するには？

▼寝かせるときはあおむけに寝かせましょう。

うつぶせ、あおむけのどちらでも発症しますが、寝かせる時にうつぶせに寝かせたときの方がSIDSの発生率が高いということが研究者の調査からわかっています。医学上の理由でうつぶせ寝を勧められている場合以外は、赤ちゃんの顔が見えるあおむけに寝かせましょう。この取組は、睡眠中の窒息事故を防ぐ上でも有効です。

▼できるだけ母乳で育てましょう。

母乳育児が赤ちゃんにとっていろいろな点で良いことはよく知られています。母乳で育てられている赤ちゃんの方がSIDSの発生率が低いということが研究者の調査からわかっています。できるだけ母乳育児にトライしましょう。

▼たばこはやめる

たばこはSIDS発生の大きな危険因子です。妊娠中の喫煙はおなかの赤ちゃんの体重が増えにくくなりますし、呼吸中枢にも明らかによくない影響を及ぼします。妊婦自身の喫煙はもちろんのこと、妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙はやめましょう。これは、身近な人の理解も大切ですので、日頃から喫煙者に協力を求めましょう。

(厚生労働省 SIDS対策強化月間 普及啓発リーフレット参考)