

育だよ



少し似た症状のこの時期に流行する病とは・・・?

あけましておめでとうございます。

お正月休みの間、不規則な生活習慣がついてしまったお子さんはいませんか? 休み明けは体調を崩しやすい時期でもあります。

体調管理には十分気を付けましょう。

また、コロナ禍の行動を良く考え、周いの人への配慮も忘れず行いましょう。

外から帰ってきたら「うがい・手洗い」を習慣としてやって行きたいですね。 接触感染を防ぐ基本は、「手をしっかりこまめに洗う」ことです。 手を洗う時間の目安は30秒で約86%減少します。



かぜ



原因 細菌・ウィルス 時期 一年を诵して

病気の始まり 鼻水・くしゃみ

37°C~38°C⟨らい 伝染 多くの人にはうつらない

関節痛 おほとんど無い

安静にしていれば大丈夫 合併症







インフルエンザ



原因 ウィルス(インフルエンザウィルス)

時期 冬から春に多い 病気の始まり 風邪の症状&倦怠感

39°C~40°C 熱

伝染 多くの人にうつす(大流行)

手足や腰が痛む 関節痛

合併症 肺炎・気管支炎・インフルエンザ脳症

正しい手洗い方法











ノロウィルス



\$ 6 P

原因 ウィルス

時期 一年を通して(冬~春に最も多く発症)

病気の始まり 腹痛・下痢・嘔吐・頭痛 熱 微熱(38℃以下) 伝染 集団感染(食中毒) 関節痛 なし(筋肉痛) 合併症 特になし



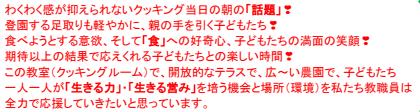
抵抗力の弱い乳幼児・高齢者が感染すると、(脱水症状)になりやすいため症状 が落ち着いた時に、少しずつ水分補給を行ってください。

また、症状がひどい場合は医療機関で点滴等を行うなどの治療が必要です。 尚、下痢がひどいからと言って下痢止めを服用すると、ウィルスが腸管内に留ま り回復が遅くなります。



♡♡みんなで楽しく食育活動ができるといいね♡♡

















広~い農園も今は冬休み中!(笑)