



阪神北広域こども急病センター

ニュースレター

2024年度
春号

4月は入園・入学・進級など新しい生活がスタートします。

保育園・幼稚園の入園後に、度々熱を出してお休みする子どもは少なくありません。入園したばかりなのに心配される親御さんも多いのではないでしょうか。今回は保育園・幼稚園入園後の感染症についてのお話です。



入園後に風邪ばかり繰り返すのはなぜ？

集団生活を始める前の子どもは、いろんな感染症に対する抵抗力を持っておらず、集団生活が始まると、様々な病原体にさらされ、風邪などの感染症にかかりやすくなります。保育園・幼稚園に通い始めた子どもは風邪ばかりひいていることは珍しいことではありません。風邪だけでなくいろいろなウイルス・細菌に感染して発熱や下痢などを繰り返す事もあります。

保育園・幼稚園では子ども同士の距離が近いため、感染対策をしたとしても防ぎきるのは難しく、どうしても風邪をもらいやすくなってしまいます。また、熱が下がった直後などいつもより抵抗力が落ちている状態で登園すると新たな風邪をもらいやすかったり、ぶりかえしたりすることもあります。

子どもはいろいろな感染症にかかりながら、抵抗力をつけていきます。つまり、小さい頃に繰り返し風邪をひくのは誰もが通る道なのです。



入園後、風邪をひくのはいつまで続く？

入園してから数ヶ月はずっと風邪ばかりかもしれませんが、風邪を繰り返すうちに抗体が出来てきて、だんだん風邪をひきにくくなります。個人差はありますが、入園後3～6ヶ月ほど経つと環境にも慣れてきて、休む頻度が少なくなり、元気に登園できる日が増えてくるようになります。

家庭でできる感染予防対策

小さな子どもが集団生活を送る保育園・幼稚園では風邪をひくのはある程度仕方がないことではあります。ただ家庭で対策をすることで風邪をひきにくい体をつくっていくことはできます。



風邪をひきにくい体をつくりましょう

■ 帰宅後、食事前に手を洗う習慣を身につける

うがいができる年齢になったら、うがいも取り入れる。
感染症の予防には手洗い、うがいが有効です。

■ 十分な睡眠をとる

睡眠は体力を回復させ、免疫力を高める効果があります。

■ 栄養バランスの良い食事をとる

栄養バランスの良い食事をとると免疫力の向上につながります。

■ 予防接種を受ける

適切な時期に予防接種を受けることで予防できる感染症があります。定められた年齢で忘れずに接種しましょう。



→ **かかりつけ医を決めておきましょう**

かかりつけ医を決めておき、早めに予防接種を済ませましょう。定期接種のみでなく任意接種も重要な予防接種になります。ぜひ接種しておくことをお勧めします。接種のスケジュールについてはかかりつけ医へご相談ください。また、かかりつけ医があれば、急な発熱などの場合、相談することができます。信頼できる、かかりつけ医を決めておきましょう。



→ **発熱後の登園再開の目安は？**



こども家庭庁の「保育所における感染症対策ガイドライン」では、「24時間以内に38℃以上の発熱が出ていた場合は、登園を控えるのが望ましい」とされています。そのため前日の夕方や夜に38℃以上の熱があった場合は、翌日熱が下がっていたとしても保育園・幼稚園は休むのが望ましいでしょう。

一般的に、熱は午後から夜にかけて高くなります。風邪が治っていても朝は低くなる傾向があります。前の夜に熱が出ている場合は、朝に熱が下がっていても、午後から再び高くなる可能性があります。

→ **発熱後、登園を再開するときの注意点**

熱が下がっていても、顔色がわるい、機嫌がわるいというときは、まだ体調が回復していない可能性があります。無理して登園すると症状が悪化したり、ぶりかえすことがあります。子どもの様子をよく観察して、いつもと違うときは可能であれば保育園・幼稚園をお休みしましょう。



電話相談をご利用ください

◆阪神北広域こども急病センターでは、
看護師による電話相談を行っています。

☎ 電話相談 ☎

072-770-9981

*発信者番号を通知の上、おかけください



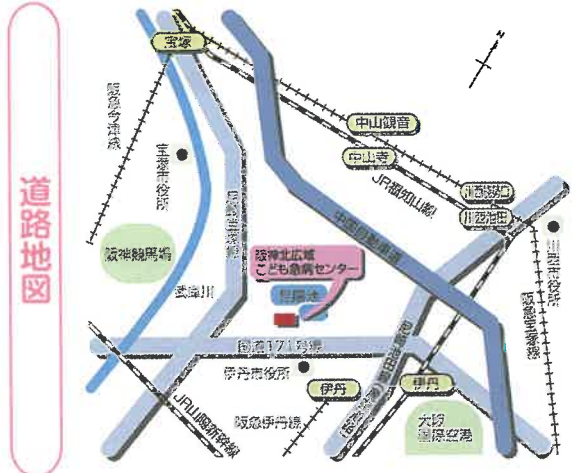
☎ 相談受付時間 ☎

平 日	午後 8 : 00 ~ 翌朝 6 : 30
土 曜 日	午後 3 : 00 ~ 翌朝 6 : 30
日・祝日・年末年始 (12/29-1/3)	午前 9 : 00 ~ 翌朝 6 : 30

こどもの急病でお困りのときは、お気軽にご相談ください。

診療のご案内

診療科目	小児科(15歳以下、中学生まで) ※原則、内科の診療となります	
診療受付時間	平 日	午後 7 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午後 8 時から
	土 曜 日	午後 2 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午後 3 時から
	日・祝日・年末年始 (12/29-1/3)	午前 8 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午前 9 時から



阪神北広域こども急病センター
〒664-0015 伊丹市昆陽池 2 丁目 10 番地
<http://www.hanshink-kodomoqq.jp/>

TEL : 072-770-9988
FAX : 072-770-9905