



ほけんだより

3月号

令和8年3月1日
青物横丁えほん保育園

たくさんの思い出でいっぱいとなった1年も締めくくりの時期となりました。4月の頃に比べ、心も身体も大きく成長した子どもたち。4月から新たなスタートを切れるように、今から生活習慣をしっかりと見直しましょう。

今年度の感染症まとめ!!

4月から2月までに、園で確認した主な感染症の罹患者を表にまとめてみました。

	インフルエンザ	アデノウイルス	溶連菌	手足口病	ヘルパンギーナ	RSウイルス	新型コロナ	胃腸炎 (嘔吐・下痢症状)
4月			3				園児1,職員1	職員2
5月			2					2
6月			3					6
7月		2		2	3		1	園児2,職員1
8月					1	8	園児2,職員1	
9月			1				1	
10月	A園児14,職員1		1					1
11月	A園児26,職員6							
12月	A園児2	1	4					
1月								9
2月	B園児17,職員2							5

今年度は、特に5月に発熱症状のお子さまが多くみられ、4月～6月の間で新年度の環境変化による疲れも影響し、免疫が弱って風邪を引きやすい状態だったのかと思います。春から夏にかけてまばらに溶連菌と胃腸炎の感染がみられましたが、そこまで大きな流行にはなりません。7月から8月にかけては、夏に流行しやすい感染症が目立ち、手足口病、ヘルパンギーナ、アデノウイルス、RSウイルスなどがみられ、本来RSウイルスは冬場に流行する感染症ですが、コロナ禍以降、季節関係なく一年を通して感染者がみられている印象です。夏場は高温による体力消耗に加え、室内外の気温差もあり、体調管理の難しい時期であることを改めて感じました。今年度最も大きな流行となったのは、10月末から11月にかけてのインフルエンザA型です。10月14名、11月26名、計40名の園児が感染し、さらに職員も7名感染しました。短期間での急激な拡大が特徴的で、改めて感染力の強さを実感する結果となりました。お迎への対応や、受診、療養にご協力いただきありがとうございました。また、インフルエンザA型が落ち着いた直後の12月には、溶連菌感染症が複数名同時に発症するという動きもみられました。大きな流行後は体力や免疫力が低下しやすく、別の感染症が広がりやすい傾向があることがうかがえます。年明け1月は胃腸炎が9名と増加し、冬季らしい流行となりました。さらに2月にはインフルエンザB型が17名発症。同じシーズンでも型が変わって再流行することがあるため、引き続き注意が必要です。今年度は、年間を通してさまざまな感染症がみられましたが、特に秋から冬にかけてのインフルエンザの大規模流行が大きな特徴でした。感染症は完全に防ぐことは難しいものの、日々の手洗い・うがい、消毒、換気、そして十分な休息によって拡大を最小限に抑えられるよう今後も対応していきたいと思っております。

気持ちが不安定な時期!?指しゃぶりについて

新年度を控え、多くの子ども達が「1つ大きくなる」という喜びでいっぱいな時期です。ただ、なかには大人の期待を過剰に受け止めて、気持ちが不安定になる子もいます。今までなかったのに、急に「指しゃぶり・つめかみ・チック・どもり・体の一部を痛がる」などの姿が見られたら、担任までお知らせ下さい。

これらの行動は不安や緊張を、自分なりの形で処理するためにとる行動と言われています。それ以外に、やってみたら落ちついたから…と深い意味のないものも。

無理にやめさせると別の行動をとることもあります。3歳以上になると言われていることが理解できるようになるので、優しく声をかけても良いでしょう。ただ、自然に治ることが多いので、心配しすぎず見守ってあげましょう。



	指しゃぶり	おしゃぶり
	発達とともに自然によくなくなる	長期化しやすい
頻度	1歳半で約30% 3歳で20% 5歳で10%	日本では不明 海外では6歳以下の児の60%が「使用経験あり」
メリット	安心感を得られる	安心感を得られる 泣き止みやすい 入眠がスムーズな効果も
デメリット	歯並びが悪くなる 中耳炎リスクとの関連は不明	歯並びが悪くなる 中耳炎リスクあり
やめさせるタイミング	3歳までは焦らなくてよい	1歳を過ぎたらホルダーを外して常時使用しない 2歳半くらいで中止
医療者に相談	4～5歳以降を検討	4歳以降対応を検討