

新型コロナウイルス

●主な症状

発熱、呼吸器症状、頭痛、倦怠感、消化器症状、鼻汁、
味覚異常、嗅覚異常など

●感染しやすい期間：発症後5日間

(発症前2日前から発症後5日間程度までが最も感染力が強い)

●登園の目安：

※発症した後、翌日から5日を通過し、かつ症状が軽快した翌日から1
日を通過すること

※無症状感染の場合は、検体採取日を0日目として5日経過すること

※症状軽快とは：解熱剤を使用せずに解熱し、かつ呼吸器症状
(咳や息苦しさ等)が改善傾向にある状態。

※発熱で受診される場合は、こども園内で新型コロナウイルスが
発症していることを、医師にお伝えください。

【お願い】

●登降園時に園内に入る際は手指のアルコール消毒を行ってください。

●家庭内で感染症に罹患した方がいる場合には必ずこども園にお知らせ下さい。

また、新型コロナウイルスに罹患されている方の送迎はお控え下さい。

インフルエンザ

●主な症状

発熱、呼吸器症状(鼻汁、咳)、頭痛、関節痛、全身倦怠感 など

●感染しやすい期間：症状がある期間：3～7日間

(1～3日間の潜伏期間、発熱の24時間前から感染力が強くなります。)

●登園の目安：「解熱後、翌日から3日を通過している」かつ、

発症後5日が経過していること

※解熱後もウイルスを排出している為、咳やくしゃみが治るまで注意。

※上記以外はコロナウイルス同様の対応となります。

【登園目安早見表】

例	発症日	発症後5日間（登園停止期間）					発症後5日を経過		
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後 <u>1日目に</u> 解熱した 場合		解熱 	1日目 	2日目 	3日目 		登園 OK! 		
発症後 <u>2日目に</u> 解熱した 場合			解熱 	1日目 	2日目 	3日目 	登園 OK! 		
発症後 <u>3日目に</u> 解熱した 場合				解熱 	1日目 	2日目 	3日目 	登園 OK! 	
発症後 <u>4日目に</u> 解熱した 場合					解熱 	1日目 	2日目 	3日目 	登園 OK! 

伝染性紅斑(りんご病)

●主な症状

軽い風邪症状のあと、頬が赤くなったり、
手足に網目状の紅斑が出現する



●潜伏期間：4～14日

●感染しやすい期間：発しん出現前の1週間

(発しんが出現した頃にはすでに感染力は消失しています)

●登園の目安：全身状態が良いこと

注意！

妊婦が感染すると、流産や胎児水腫などを起こすことがありますので、

妊娠中の方はご注意ください。

【ホームケア】

●かゆみがでる場合があります。つめは短く切り、かゆみが強い場合は小児科、もしくは皮膚科を受診する事をおすすめします。

●発しんが消えてからも直射日光に当たったり、入浴したりすることで発しんが、再発する事もあるのでご注意ください。

感染症胃腸炎

(急性胃腸炎、ノロ・ロタ・アデノウイルスなど)

●主な症状：嘔吐・腹痛

下痢(水のような便、クリーム色ですっぱい臭いなど)

●潜伏期間：(ロタ)1～3日

(ノロ)12～48時間

●感染期間：症状のある間と、症状消失後1週間

●登園の目安：24時間以内に嘔吐がない

24時間以内に2回以上の下痢がない

普段の食事がとれること、医師による登園の許可

※下痢嘔吐の症状は診断によっては「感染症胃腸炎」「急性胃腸炎」

「ウイルス性胃腸炎」「ノロウイルス」「ロタウイルス」「お腹にくる風邪」

といわれる場合があります。

※嘔吐・便で汚れた衣類は、園内での感染拡大防止の為、洗わずそのまま

お返し致します。

【ホームケア】

ウイルスを原因とする胃腸炎に特効薬はありません。

お腹を休ませてあげることが大切です。

●下痢・嘔吐をしている場合は、子どもが欲しがっても食べるのは控えましょう。

特に嘔吐した直後は飲んだり食べたりすることで、再び吐き気がでたり、嘔吐してしまう事になります。

●脱水にならないよう気をつけましょう。

子どもの様子を見ながら、湯ざまし・麦茶などを少しずつ与えましょう。

一度に沢山与えてしまうと吐き気や嘔吐を誘発してしまいます。

●下痢・嘔吐がおさまったら、消化の良い物(おかゆ、煮込みうどん、野菜スープなど)を少量ずつ、

ゆっくり食べさせましょう。乳製品、おかし、脂肪分・香辛料・食物繊維の多い食事は控えましょう。

溶連菌感染症

●主な症状：

突然の発熱、のどの痛み、嘔吐、頭痛、

首のリンパ節のはれ、全身に小さな発疹、

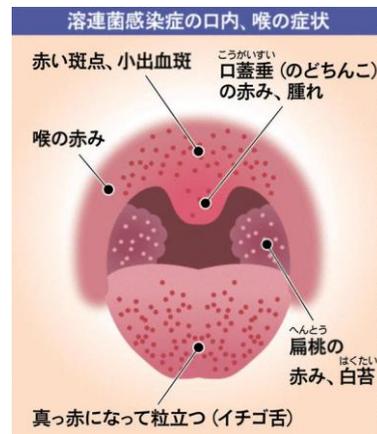
いちご舌（舌に赤いブツブツしたものができる）

●潜伏期間：2～5日

●感染期間：抗菌薬内服後、24時間が経過するまで

●登園の目安：

抗菌薬内服後、24～48時間経過していること



【ホームケア】

●症状がおさまっても、決められた期間処方された薬（抗菌薬）

を飲み続けましょう。

●咽頭痛のため食欲がなくなることがあります。

食事はやわらかく、刺激が少ないものにしましょう。

●感染症後数週間してから、リウマチ熱・急性糸球体腎炎を起こす

ことがあるので注意が必要です。

手足口病

- 主な症状：水疱性の発しんが口の中・手のひら・足の裏・おしりなどに現れる



- 潜伏期間：3～6日
- 感染しやすい期間：手足や口の中に水疱・潰瘍が発症した数日間
- 登園の目安：発熱や口の中の水疱・潰瘍の影響がなく、
普段の食事がとれること

【ホームケア】

- くしゃみや咳・便から感染することがあります
- 口の中の水疱は潰れると口内炎のように痛みがある為、刺激が少ないやわらかい食事にしましょう
- 便や結膜からもウイルスを排出しています。オムツの取り扱いに注意し、オムツを替えた後は石けんで手を洗いましょう(治療後も便の中にウイルスは30日程度排泄されます)

水痘(水ぼうそう)

- 主な症状：発疹が顔や頭部にでて、全身へとひろがる

発疹は丘疹→水疱→かさぶたとなる



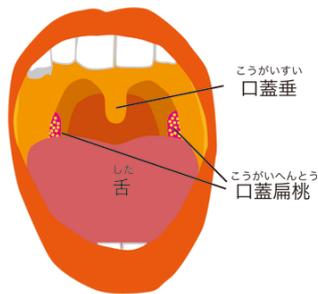
- 潜伏期間：14～16日
- 感染しやすい期間：発疹が発生する1～2日前から
- 登園の目安：すべての発疹がかさぶたになっていること

【ホームケア】

- 発疹は、かゆみが強いので、手を洗いきれいにし、爪も短く切りましょう。
- 水疱を潰さないようにシャワーをして、肌を綺麗にしましょう。
- 口に発疹があると痛いので、刺激のある物(塩辛い物・酸っぱい物)は控えましょう。

ヘルパンギーナ

- 主な症状：高熱、のどの痛み喉の奥に水疱・潰瘍ができ、痛みがある



口の中の模式図



- 潜伏期間：3～6日
- 感染しやすい期間：急性期の数日間
- 登園の目安：発熱や口腔内の水疱・潰瘍の影響がなく、
普段の食事が取れること

【ホームケア】

- 咽頭痛や潰瘍のため、食事が取れないことがあります

かたい物や刺激がある食事（酢・キムチなど大人が口内炎でしみると感じる食事）は避けましょう

- 回復後も2～4週間にわたって便からウイルスが排泄されるので、オムツなど排泄物の取り扱いには注意しオムツを替えた後は石けんで手を洗いましょう

3大アレルゲン

※年1回 『アレルギー・嗜好品調査票』を提出していただきます

● 3大アレルゲンとは：

子どもに多い食物アレルギー。重症だと命に関わります。その中でも特に多いのが3大アレルゲン（原因となる食物）です。

① 鶏卵

乳幼児にもっともよくある食物アレルギーの一つです。成長するとともに減少していくことが多いとされています。症状はアトピー性皮膚炎、じんましん、下痢、おう吐、気管支ぜんそくなどで、即時型のみでなく遅延型の場合もあります。卵白のたんぱく成分がアレルゲンになりやすいですが、鶏卵は、パンやケーキ、はんぺん、かまぼこ、ちくわ、ラーメンなどの麺類にも使われるので注意が必要です。

② 牛乳（乳製品）

牛乳アレルギーは、牛乳のタンパク成分に対する過敏症です。症状は下痢、おう吐などの消化器症状が多く、アトピー性皮膚炎、ぜんそく、アナフィラキシーショックの原因にもなります。乳児の牛乳アレルギーは1歳の終わりには改善するといわれています。母乳のアレルゲン物質、カゼインとβラクトグロブリンは化粧品、ハム、ソーセージなどの豚肉食品、フルーツジュースに含まれることもあります。

③ 小麦

小麦アレルギーの症状は、じんましん、下痢、おう吐などの消化器症状のほか、ぜんそく、ひどくなるとアナフィラキシーショックを起こすこともあります。小麦を含む食品にはパン、麺類、パスタ、天ぷらの衣やカレーのルー、餃子やシュウマイの皮、麦茶、しょう油など、沢山あります。調理するときは、原因となるたんぱく成分のグルテンが含まれない、大麦、燕麦、ライ麦などで代替します。

●原因：

アレルギー反応は、原因物質が初めて体内に入ったときに抗体（特定のものを異物と認識する物質）が作られます。2回目以降は原因物質に反応するため起こります。しかし、食物アレルギーの多くは初めてその食品を食べたときに症状が現れます。

これは、アレルゲンとなる食品を食べる前に、傷ついた皮膚を通して食品の成分が体内に入ってくるためだと考えられています。

●予防：

以前は、アレルゲンとなりやすい食品は消化機能が発達するまで食べさせないほうがよい、とされてきました。最近では、いろいろな食品を早い時期から食べさせることが食物アレルギーの予防に役立つといわれています。これは、食物アレルギーを発症するしくみに関する考え方がかわってきた為です。たとえば卵なら、卵黄を生後6カ月ごろから食べさせることが勧められています。ただし、すでに食物アレルギーを発症している場合や、重度のアトピー性皮膚炎がある場合は、医師に相談しながら離乳食を進めるようにしましょう。厚生労働省のサイト「授乳・離乳の支援ガイド」もチェックしておくで安心です。

食中毒(ノロウイルス)

●食中毒とは：

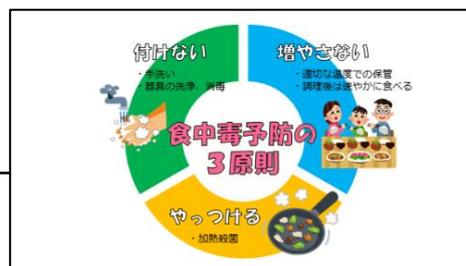
細菌やウイルス、有害物質が付着した食べ物を食べることで引き起こされる疾患のことです。細菌は食べ物の中で増殖し、その食べ物を食べることで食中毒を引き起こします。ウイルスは食べ物の中では増殖することはありませんが、ウイルスが付着したものを食べると、体内でウイルスが増殖して食中毒を引き起こします。症状としては腹痛・下痢・吐き気・嘔吐・発熱・倦怠感などがあります。

●原因：

加熱不足、冷却不足・詰め方の問題。手指の雑菌、調理器具の衛生管理、保存温度の問題、湿度・密閉状態によるものなどが挙げられます。また、主に以下5つの分類に分けられます。

細菌性(感染型・毒素型)・ウイルス性(ノロ)・寄生虫(アニサキス)・化学性(農薬、添加物、水銀)・自然毒(動物性・植物性)

●対策：食中毒予防の3原則(付けない・増やさない・やっつける)



【お弁当持参時の注意事項】

●特に注意が必要な食材・・・鶏肉(中まで火が通っていない肉類)、半熟卵、

生野菜(火が入っていても人参等の足が早い物は注意)、ハム・ウインナー・

チーズ・乳製品、魚介類、ご飯(おにぎりのツナ・マヨネーズなどは注意)

●調理前に手洗い・消毒をし、食材によってまな板・包丁を使い分ける。食材は

しっかり加熱をし、十分に冷ましてから仕切りやパックなどを使用し、おかず

同士が直接触れないよう詰めましょう。保冷剤・保冷バッグを使用し、温度が

上がらないよう気をつけましょう！

※学童※お弁当持参にはリスクがあります。給食の申込を推奨しています。