



びよびよ

2026年 1月
たかがみねこども園
北区鷹峯土天井町53
TEL: 491-3300

1月の予定

☆身長・体重をはかる♪ & 友遊館で遊ぼう！

(1/ 9・金) AM10:00~11:30 場所：友遊館

身長・体重をはかった後は友遊館で遊びます。

乳児用の計測器もご用意しています。

☆タッチ ケア サロン♪

(1/ 20・火) AM10:00~11:30 場所：友遊館

講師の先生をお招きして、親子のふれあい遊びを教えていただきます。お母さまがお歌をうたったり、赤ちゃんを撫でたりさすったりしながらリラックスさせることで、親子の愛情を深めていきます。

※ 10組限定としますので、来園される場合は、必ず事前予約をしてください。



《来園の際のお願い》

園へお越しの際には、

- 事前に検温をしてください（保護者・お子さま）
- 発熱（37.5度以上）や風邪の症状（咳・鼻水・下痢など）がある場合は、利用をご遠慮ください。
- お茶などは各自でお持ちください。

ご協力よろしくお願ひいたします。



赤ちゃんがかかりやすい感染症トップ3

赤ちゃんは免疫力がまだ十分に発達していないため、感染症にかかりやすい時期です。特に流行しやすい感染症についてご紹介します。

① 感染性胃腸炎（ノロウイルス・ロタウイルスなど）

ウイルスや細菌に感染して起こる胃腸炎を総称して「感染性胃腸炎」といいます。特に冬場は、ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルス性胃腸炎が流行しやすくなります。

- ・主な症状：嘔吐・腹痛・下痢・発熱
- ・治療、ご家庭でのケア

ノロウイルスやロタウイルスには特効薬がないため、安静に過ごしながら脱水を防ぐことが大切です。少量ずつこまめに水分補給を行い、食欲がないときは無理に食べさせる必要はありません。経口補水液の飲み物を上手に取り入れてください。

- ・消毒について

ノロウイルスやロタウイルスは、一般的なアルコール消毒では効果がありません。吐しゃ物や下痢で汚れた衣類などは、次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤（ハイターなど）を使って消毒しましょう。

② インフルエンザ

インフルエンザウイルスによる気道感染症で、飛沫感染や接触感染によって広がります。任意接種ではありますが、ワクチン接種により重症化を防ぐことができます。今年は特に流行が見られ、季節を問わず感染が広がることもあります。

- ・主な症状：（潜伏期間：1～3日）38度以上の高熱・悪寒・頭痛・倦怠感・筋肉痛、関節痛・咳、鼻水

※子どもの場合、中耳炎や熱性けいれん、気管支喘息を引き起こすこともあります。

- ・治療、ご家庭でのケア

安静に過ごし、発熱や悪寒が強い場合は体を温かくしてあげましょう。水分補給も大切です。医療機関で診断を受けると、抗インフルエンザ薬（タミフル・イナビルなど）が処方されることがあります。医師・薬剤師の指示に従って服用してください。

服用後すぐに熱が下がらない場合もありますが、全身状態が落ち着いていれば様子を見ても大丈夫です。ただし、水分が取れない・ぐったりしている・意識がもうろうとしている・呼吸が苦しそうな場合は、再度受診してください。

③ RSウイルス感染症

RSウイルスによる呼吸器感染症で、2歳までにほぼ全ての子どもが一度は感染するといわれています。何度も繰り返し感染するのが特徴です。

- ・主な症状（潜伏期間：2～8日）発熱・鼻水・咳

多くは軽症ですが、細気管支炎や肺炎に進行することもあります。咳が強くなる、呼吸が苦しいうな様子が見られる場合は、早めに受診しましょう。

- ・治療、ご家庭でのケア

RSウイルスにも特効薬はありません。安静に過ごし、必要に応じて医師から処方されたお薬を使用します。

赤ちゃんを感染症から守るために

● 手洗いの工夫

赤ちゃんはまだ手洗いが難しいため、次の方法でも十分な予防効果があります。

- ・お湯で絞ったタオルで手を拭く
- ・赤ちゃん用ウエットティッシュを活用する

● うがいの代わりに

赤ちゃんはうがいができないため、以下の方法で代用しましょう。

- ・こまめな水分補給で喉を潤す
- ・部屋の温度・湿度を調整し、乾燥を防ぐ