

11月 ほけんだより

認定こども園
あゆのさと
2020.11.1
看護師 雨宮・石黒

今年も残すところあと2か月となりました。秋から冬への移行期。気温が下がるにつれて、空気がどんどん乾燥してきます。乾燥は、ウイルスや細菌の増殖を促し、インフルエンザを始めさまざまな病気の感染が心配される時期です。まずは、規則正しい生活の習慣づけや、うがい手洗いをしっかりすることで病気にならないよう予防することが大切です。季節の変わり目、体調に気をつけて楽しく過ごしましょう。

5歳児検診のお知らせ

- ① 11月21日(月) 8:45 集合
- ② 11月28日(月) 8:45 集合

対象：年中児(さくら組)

保護者同伴で、生きいきプラザ(健診ホール)に
時間に遅れないようお集まり下さい。

詳しくは5歳児検診のプリントで
ご確認下さい。

内科健診のお知らせ(全園児)

11月15日(火) 10:00~

- 就学前健診を兼ねている年長児より診察を行います。
- 体調不良以外の欠席をしないようにご協力ください。

歯科検診のお知らせ(全園児)

11月17日(木) 9:00~

- 就学前健診を兼ねている年長児より診察を行います。
- 体調不良以外の欠席をしないようにご協力ください。
- 家で歯みがきをすませ、遅れずに登園しましょう。

衛生(清潔)習慣は、 小さいころからの積み重ねが大切

歯みがき、シャンプー、着替えなど、大きくなるとお子さんが自分で出来るが増えてきます。「あ〜、こんなことも出来るようになったんだあ。」と、お子さんの成長をうれしく思う瞬間ですね。でも、お子さんに任せきりにせず、「仕上げ」はおうちの方がやってあげて下さい。髪や体の洗い残しは、においの原因にもなりますし、歯のみがき残しは虫歯の原因です。シャンプーをよく洗い流さないと髪が絡まり、ブラシが引っかかります。

耳掃除については賛否両論ありますが、耳の後ろや耳の穴の周り(外耳)の汚れは案外見落としがちです。爪が伸びている子もちらほら…。これからの季節は、肌が乾燥してカサカサしたり、唇が荒れたりします。**荒れがひどくなる前に、ケアを始めましょう。**一緒にお風呂に入ったり、身の回りのケアをしながら、今日あったことを話したり、スキンシップしながら、お子さんとのコミュニケーションを楽しんでみてはいかがでしょうか？

インフルエンザ予防接種

インフルエンザの予防接種の受付が始まります。例年、インフルエンザは12~3月ごろ流行しますが、今季は早い時期からの大流行が予想されています。乳幼児は、2度に分けてワクチンを接種しますが、ワクチン接種による効果が出現するまでに2週間程かかるので、体調の良い時を見計らって早めに予防接種を始めることをお勧めします。

ご家族そろっての接種が、
インフルエンザの感染予防や
拡大防止に効果的です。

