



2月のほけんだより



令和5年1月30日
しんあい保育園

気温が低く、乾燥した日が続いています。低温・低温の冬はウイルスが大好きな季節です。ウイルスや細菌は、絶滅しないように威力をどんどん進化させています。その進化に劣らないよう、私たちは身体の免疫力を高めておく必要があります。免疫力を下げないためには、「規則正しい生活習慣」「栄養をとる」「睡眠を十分にとる」ことを心掛け、環境作りにも気を配ることが大切です。

1月中旬には新型コロナウイルスに加え、インフルエンザに罹る園児がいました。同時流行が懸念されている今年は感染拡大しないよう、私たち一人ひとりが感染予防の為の行動を心掛け、感染予防、拡大防止に努めていきましょう！



感染症予防の基本は

「手洗い」です！

手指についたウイルスの対策は、洗い流すことが最も重要です。手や指に付着しているウイルスの数は、流水による15秒の手洗いだけで1/100に、石鹸などで10秒揉み洗いし、流水で15秒すすぐと1/10000に減らせます。

手洗いのタイミング

食事の前後、咳や鼻をかんだ後、
外で遊んだ後、トイレの後、
ペットに触った後など…

冬のあせも・とびひに注意

あせもやとびひは夏だけではありません。最近は、厚着や暖房であたためすぎて、冬になる子ども増えています。床暖房の部屋に寝かせたらあせもができた、という例もあります。冬の肌は寒さで血行がよくないため、湿しみが治りにくいと言われますので、早めに受診しましょう。

予防

- 厚着をさせない
- 室温の調節をこまめに
- 汗をかいたらふき、着替える
- 毎日入浴して肌を清潔に

小さい子は特に、背中にふれて汗をかいていないかまめにチェックしましょう



保護者の皆様へお願い

まだまだ新型コロナウイルスが流行しています。加えてインフルエンザも出てきました。体調の悪い場合は、病院受診をお願いします。また、感染が確認された場合やお子さんや同居家族が濃厚接触者に特定された場合、抗原・PCR検査等を受ける場合は、必ず、保育園まで連絡下さい。検査を受けた場合は、検査結果が出るまでは登園は控えて下さい。

インフルエンザに罹った場合の登園目安は1月のほけんだよりを参考にして下さい。



～まさか豆で?! こんな事故に気を付けて～

節分と言えば豆まきですね。1年の無病息災を願ってまく豆が、思わぬトラブルを招くことがあります。

小さい子供は、かみ砕いたり飲み込んだりする力が不十分なため、豆が気道に入りやすく、肺炎を起こすことも。また、気道が狭いので窒息した例もあります。

消費者庁は、

- 【5歳ごろまでは豆やナッツ類を食べさせない。】
- 【3歳以上の幼児は食べることに集中させ、よくかみ砕くように】と呼びかけています。

豆まきをした後は、子どもが拾った豆を口に入れてしまう場合があります。後片付けもしっかり気を付けてくださいね。

