



2月のほけんだより



令和6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・低湿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月には溶連菌感染症や新型コロナウイルス、インフルエンザに罹患する園児がいました。また、保護者の方が家族内で罹患するケースもありました。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！



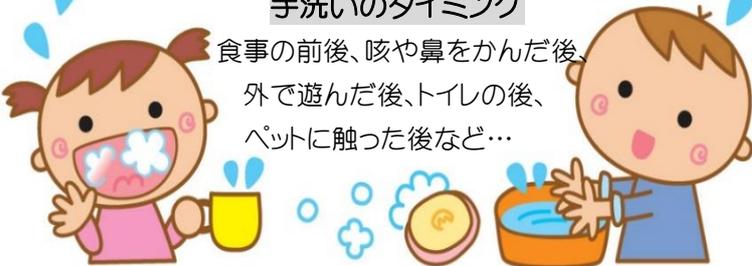
感染症予防の基本は

「手洗い」です！

手指についたウイルスの対策は、洗剤を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なくありません。最近は、厚着や暖房であたためすぎて、冬になる子どもが増えています。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、インフルエンザが流行しています。体調の悪い場合は、病院受診をお願いします。

お子さんや同居家族等が感染された場合は、必ず保育園まで連絡して下さい。

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。

感染症に罹患し回復後、登園可能日には「登園届(保護者記入)」を必ず記入し提出をお願いします。



～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、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。

