

平成 30 年 10 月 30 日

しんあい保育園

# 11 月のほけんだより

=3

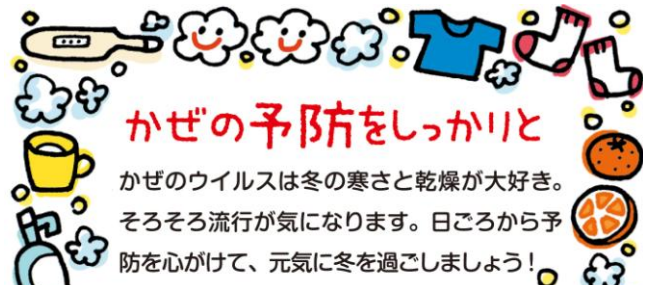
11 月になり、葉っぱの色が赤や黄色へと美しく色付き始めました。落ち葉を拾う子供たちも秋から冬への移り変わりを感じているようです。冬に向けて心も身体も元気に過ごせるよう、気を付けていきましょう。  
手洗い・うがいをしっかりおこないましょう。



## 内科検診終了しました

平成 30 年度内科検診 2 回目が終了しました。特に大きな病気など指摘されることがなく終わりました。お休みのところ、保育園に来ていただいた保護者の皆様本当にありがとうございました。

次回は、平成 31 年 4 月です。

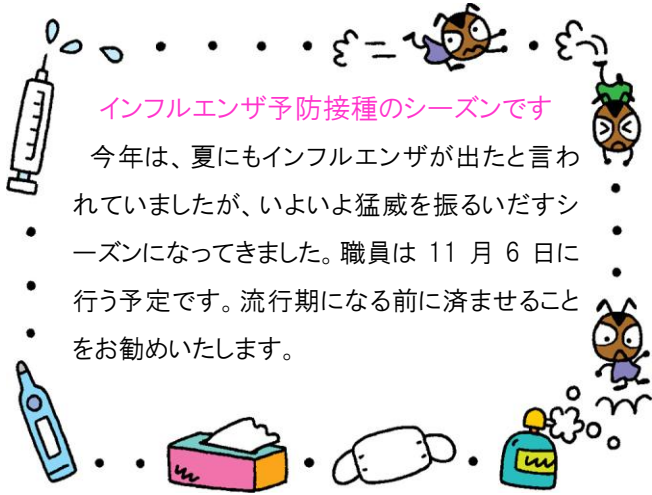


## かぜの予防をしっかりと

かぜのウイルスは冬の寒さと乾燥が大好き。そろそろ流行が気になります。日ごろから予防を心がけて、元気に冬を過ごしましょう！

### かぜ予防 6 か条

- 1 うがい、手洗い
- 2 汗をかいたらすぐ着替え
- 3 バランスのよい食事
- 4 部屋の換気と加湿
- 5 規則正しい生活リズム
- 6 人込みを避ける



## インフルエンザ予防接種のシーズンです

今年は、夏にもインフルエンザが出たと言われていましたが、いよいよ猛威を振るい出すシーズンになってきました。職員は 11 月 6 日に行う予定です。流行期になる前に済ませることをお勧めいたします。



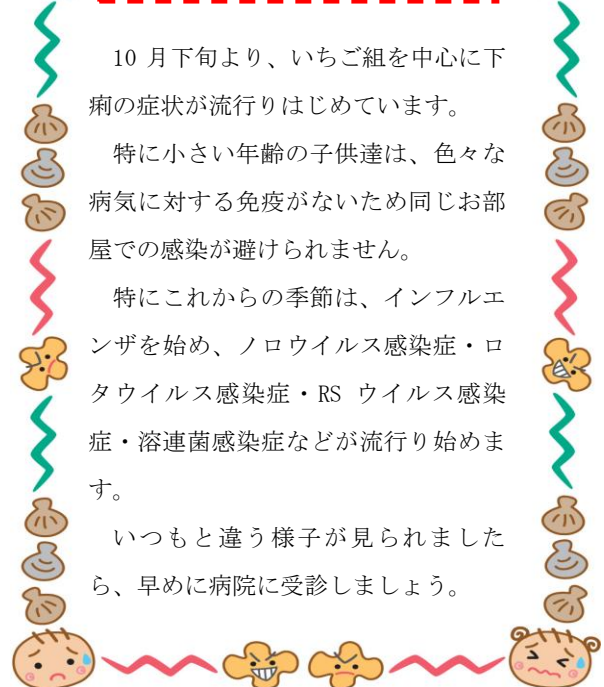
## 冬の感染症

10 月下旬より、いちご組を中心に下痢の症状が流行りはじめています。

特に小さい年齢の子供達は、色々な病気に対する免疫がないため同じお部屋での感染が避けられません。

特にこれからの季節は、インフルエンザを始め、ノロウイルス感染症・ロタウイルス感染症・RS ウイルス感染症・溶連菌感染症などが流行り始めます。

いつもと違う様子が見られましたら、早めに病院に受診しましょう。



## 看護師より

先日、びゅうおまで遠足に行きました。(みかん組・ばなな組・ぶどう組) 気持ちの良い秋晴れの日。普段子供たちと過ごす時間が少ない私にとって、みんなと歩いていく時間はとても貴重で楽しい時間でした。お弁当の時間は、みんなから「見てみて!!」と自慢大会。保護者の方が朝早くから作ったお弁当は愛情いっぱい子供たちの笑顔に溢れていました。たくさん運動して、たくさん食べて健康な身体を作っていきましょう。これから寒くなります。私自身気を引き締めて子供たちの健康管理に気をつけていきたいと思ひます。