



11月のほけんだより

令和6年 10月 30日
しんあい保育園

秋になり、葉っぱの色が赤や黄色へと美しく色付き始めました。落ち葉を拾う子どもたちも秋から冬への移り変わりを感じているようです。本格的な冬が来る前に生活リズムや服装、食生活などを見直しましょう。また、ワクチン接種による予防や手洗い・うがいを徹底し、感染症を予防しましょう。

◆ 歯科検診のお知らせ ◆

日時：令和6年 12月 19日（木）
10:00～

場所：支援センター（ちゅんちゅん）
医師：長尾歯科 長尾先生

*なるべく休みのないようお願いします。
*お休みの方は、後日保護者の方と一緒に
長尾歯科まで受診をお願いいたします。

11月8日は「いい歯の日」

厚生労働省と日本歯科医学会は、「生涯を通じた歯の健康づくり」を推奨するため、8020運動をすすめています。8020運動とは80歳まで自分の歯を20本残し、健康な食生活ができるように！というものです。永久歯が虫歯になり抜けてしまった歯は、二度と生えてきません。自分の歯を残すためにも、食後の歯みがきを忘れずに、栄養と健康に気を付けて生活しましょう。自分でみがける子も増えていると思いますが、最後はきちんと仕上げみがきをして大事な歯を守ってあげましょう！



病気に関するお願い

昨年の11月は、インフルエンザ・溶連菌感染症が多く発生しました。手足口病もまだ発生している状況ですが冬に向かってウイルス性胃腸炎（ノロウイルスやロタウイルス）などによる嘔吐・下痢の流行が予想されます。保育園は集団生活になります。全園児が健全な保育園生活を送れるようにご協力をお願いします。



インフルエンザ		かぜ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
39～40℃	熱	37～38℃くらい
大流行すること	伝染	多くの人にうつらない
手足や腰に強く出る	関節痛	ほとんどない
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症 など	合併症	安静を守ればひどくならない



インフルエンザは、発症し5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園はお休みします

高熱に注意！

溶連菌感染症

突然高熱の出る、非常に感染力の強い病気です。下記の症状が見られたら、早めに受診しましょう。

- 症状
- 突然高熱が出て、のどがはれて痛みが出る
 - 全身に発しんが出る
 - 舌にイチゴ状の赤いぶつぶつが出る
 - おう吐、頭痛が起こる

