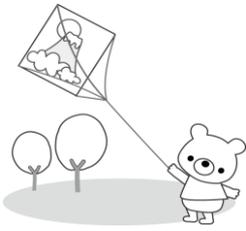


2016



1月ほけんだより

認定こども園「あゆのさと」

2016/1/4
看護師 石黒治美



新しい年を迎え、年末年始は体調をくずすことなく、過ごされたでしょうか？
これから、まだまだ寒い日が続きます。寒さに負けず、元気に冬を楽しみましょう。
休み中に、インフルエンザなどの感染性の病気にかかれた方は、職員にお知らせ下さい。

薄着のすすめ



こんなときには連絡します

最近、子どもたちの着ている物がオシャレになり、厚着になってきました。履き込みの浅いズボンでお腹や背中が出ていたり、裏にボアの付いた服で汗をかいていませんか？

<薄着って大事？> 薄着は、外気温を直接肌で感じる事ができるので、暑さ・寒さに対する皮膚の適応能力を高めます。厚着の習慣がつくと、体はいつもぬるま湯につかっているような状態で、少しの寒さにも抵抗することができず、皮膚の抵抗力がつかなくなってしまいます。

<衣服の着方>

- ・肌着を着る 肌着は汗を吸い取ったり、保温の効果もあります。
 - ・肌着は、綿素材の袖なしや半袖がおすすめ
 - ・肌着+上衣（Tシャツや体操着など）+上着（ジャンパーやトレーナー）
 - ・重ね着は3枚ぐらいが適当（それ以上は窮屈で動きにくいです）
- 幼児は、肌着+体操着（+長袖Tシャツ）を基本とし、気温やその日の活動によって上着で調節するといいでしょう。園では動きやすく、自分で着脱しやすい衣服の着用をお願いします。



”感染症の罹患状況”の掲示について

園では、感染症が発生したときには玄関横のホワイトボードにてお知らせしています。感染症名・クラス・人数を表示していますがこれは、欠席者数ではありません。発症から一般的な潜伏期間が過ぎるまでは罹患患者としてカウントします。似たような症状の出た園児が受診の目安とするための措置です。「もう治って登園しているのに」と思う方も

❄️ いらっしゃるでしょうが、ご理解ご協力を❄️
お願いします。また、登園・降園の際は掲示をご確認ください。



発熱

- ☆37.5度以上の時・・・お子さんの状態をお知らせします。
- ☆38.0度以上の時・・・お迎えをお願いします。

37.0度台の発熱でも、その後熱が上がる場合があります。感染症が流行っている時は特に、大事を取って早めのお迎えにご協力ください。

おう吐

☆下痢を伴う時や、原因がわからない場合は、お子さんの様子を見ながら、1回の嘔吐でも連絡することがあります。

下痢

☆大量の下痢、水様の下痢・少量でも在園中に2～3回以上下痢が続く時・腹痛を伴う時は、お知らせします。

その他

☆熱がなくても、ゼイゼイした咳や鼻水がひどい、顔色が悪く元気が食欲がない、発疹が出た（増えた）など お子さんのようすがいつもと違う場合は、体調をみながら連絡することがあります。

今の時季、風邪（発熱・咳・鼻水など）、インフルエンザ、おう吐下痢などが流行ってきます。園でも、手洗いうがいの励行、マスクの着用、必要に応じて消毒を行い、園内の感染症の状況についても随時お知らせしていきます。体調が悪い時には、病気の回復を早める（重症化を防ぐ）ためにも、「とりあえず登園する」より「とりあえず様子を見て早めに受診する」ようにしていただくと助かります。こども園は集団保育の場です。ご協力をお願いいたします。

また、保護者の方の携帯電話番号や緊急連絡先が変更した場合には、速やかに職員までお知らせください。

12/17（木）に、こすもす1・2組で

歯みがき教室をしました。

「歯みがきて大事だね」という話をしました。ご家庭でも仕上げみがきをお願いします。

