



1月のほけんだより

平成27年12月25日
富士わかば保育園

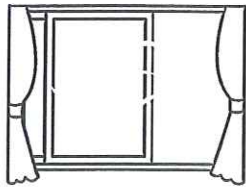
12月はいろんな風邪が流行りました。マイコプラズマもありましたし、現在、胃腸炎の流行の兆しがあります。近所でもらったのか、いろんなところから散発的に発生しています。りんご病も接触していると思われるので、ちょっと気に留めておいてください。年末年始のお出かけには、十分ご注意くださいね。

寒い時期の病気に注意!

こんなことに気を付けましょう



手洗い・うがいを、外出から帰った時・食事前・トイレの後に。大人も手洗いは石鹸を使って30秒!



1時間に1度くらいは、換気をしましょうね



年末年始は感染症にならないように、できる限り人の多い場所は避けましょう



咳エチケットを守りましょう



乾燥しないよう、夜だけでも加湿器をつけましょう。室温は暑すぎず、寒すぎず。



保育園に来る前日には必ず規則正しい生活に戻して。あまり大人の都合(体力)で、遊ばないように!

じょうずに鼻をかみましょう

まず、口から息を吸い込みます。ティッシュを広げ、鼻全体を包むように押さえます。



片方の鼻の穴を押さえ、ゆっくり少しずつかみます。強くかみ過ぎないように気を付けましょう。



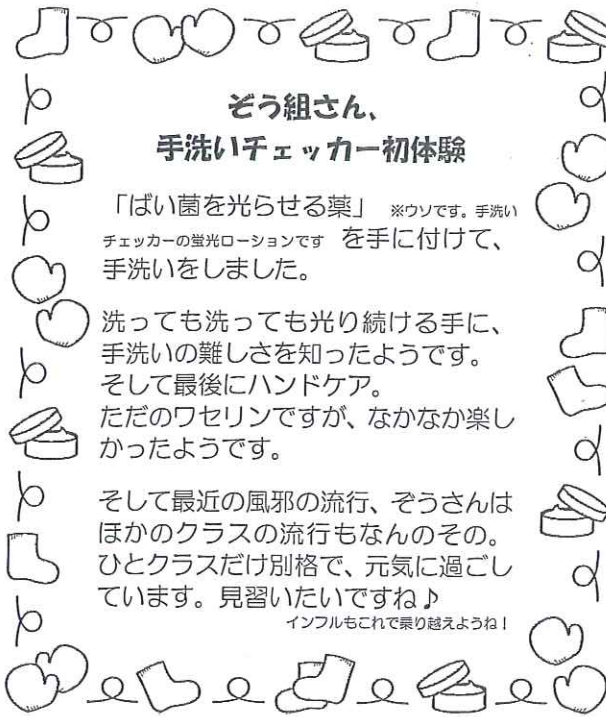
鼻をつまむように拭き取り、ティッシュはゴミ箱に捨てましょう。



個人差が大きいです

子どもの力としては、1歳くらいからできることが多いのですが、最近では2階のクラスでも、なかなかできないお友達が、時々みられます。

「息を吐く」ことを意識するのなかなか難しいのですが、お家でも大人が生活の一部として、子どもに見せてあげてください。そして教えてあげてください。保育園でも、どのクラスも担任はふき取るだけでなく、鼻かみを教えてくれています。



ぞう組さん、手洗いチェッカー初体験

「ばい菌を光らせる薬」※ウソです。手洗いチェッカーの蛍光ローションです。手に付けて、手洗いをしました。

洗っても洗っても光り続ける手に、手洗いの難しさを知ったようです。そして最後にハンドケア。ただのワセリンですが、なかなか楽しかったようです。

そして最近の風邪の流行、ぞうさんはほかのクラスの流行もなんのその。ひとクラスだけ別格で、元気に過ごしています。見習いたいですね♪
インフルもこれで乗り越えようね!

きりん組さん~ん!

H28年度 フッ化物推進講座は、

H28. 2. 6(土) 13:30~

1時間程度、おこないます。歯科医師からフッ化物のお話、歯科衛生士から歯磨き・フッ化物うがい(親子とも)を教えてもらいます。1月に入ったところで、お便りを配布し、出欠を伺います(毎年出席が多いです)。

保護者の方が仕事でいらっしゃらなくても、子どもだけで出席し、職員で対応していますが、仕上げ磨きも教えてもらうので、できる限り出席してくださいと、子どもたちも嬉しいと思います

よろしくお願いいたします。

じんましんについて

小さいお友達、最近また、じんましんが増えていきます。じんましんは、原因がほとんどわからないもので、現在もなんとなく風邪も流行っているし、体調悪いね...と思っていると、よく出ています。最近では食物アレルギーで怖い報道も多く、保護者、職員の心配は大きくなる一方ですが、そんな頻繁におこるものではありません。まずは観察から始めましょうね。

- 心配があるときはまず担任に、どんな小さいことでも構わないので、相談しましょう
- その時は、お家での様子を教えてください
- 対処が必要そうなときは、看護師(食生活のことは栄養士)が説明・受診の提案をします。
- 食物アレルギーについては、栄養士(食事面)も含めてかわります。症状、出現の仕方、特徴等を看護師が観察し、必要ありと思われた時、受診を勧めます。検査の結果が出るまで、あやしい食品がある場合は、受診の結果を踏まえて除去することがあります。

インフルエンザの出席停止期間

出席停止の日数の数え方について、発症した日は数えずに、その翌日を第1日とします。必ず医師の診断を受けて、出席停止期間を守ってくださいね(時々...ほかの保育園ではお仕事の都合で休めない!と医師にお願いして短くしてもらって...なんてこともあるそうですが、下記の期間はやはり、感染の可能性の高い期間です。全員で「わかばの子」みんなを守る気持ちを持っていきましょうね) 持ち込まれたら、流行を食い止めることは困難です。こんなに休むのも、大変。ご協力をお願いします!

| | 発症日 | 1日目 | 2日目 | 3日目 | 4日目 | 5日目 | 6日目 | 7日目 | 8日目 | 9日目 |
|---------------|-----|-----|--------|--------|--------|--------|--------|-----------------------------|--------|------|
| 発症後1日目に解熱した場合 | 発熱 | 解熱 | 解熱後1日目 | 解熱後2日目 | 解熱後3日目 | | 登園可能 | ※解熱後3日経っても発症後5日経たないと登園できません | | |
| 発症後3日目に解熱した場合 | 発熱 | 発熱 | 発熱 | 解熱 | 解熱後1日目 | 解熱後2日目 | 解熱後3日目 | 登園可能 | | |
| 発症後5日目に解熱した場合 | 発熱 | 発熱 | 発熱 | 発熱 | 発熱 | 解熱 | 解熱後1日目 | 解熱後2日目 | 解熱後3日目 | 登園可能 |