

# ほけんだより

1月号

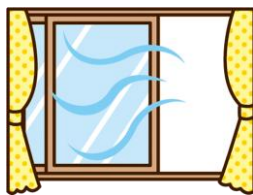
2026年1月5日 発行  
ゆらりん白金保育園  
看護師 小島

あけましておめでとうございます。年末年始はご家族で出かける事も多く子どもたちは楽しい時間を過ごしたことと思います。朝の登園時は、吐く息も白くなり寒さも厳しくなってきました。今年度も残り3ヶ月になりました。子どもたちが、毎日元気に登園できるように保健衛生に努めていきたいと思っています。本年もよろしくお願い致します。

## 寒い時期の感染症に注意！！

こんなことに気を付けましょう

めざましスイッチ朝ごはん



こまめに  
換気をしましょう



感染症にならないよう、人の多い場所は避けましょう  
外では、マスクをしましょう



手洗い・うがいを  
こまめにしましょう



咳エチケットを  
守りましょう



乾燥しないよう加湿器をつけましょう



早寝早起きを  
しましょう



### < 1月の保健行事予定 >

5日(月) 3・4・5歳児身体測定

6日(火) 9:30~

0・1・2歳児身体測定

14日(水) 14:45~

0・1・2歳児園医健診

26日(月) 14:45~

0歳児 園医健診

☆ 4・5歳児の保健指導では、安全行動シートを使用してグループワークを行いたいと思います。

### < 園での感染症 >

12月は、インフルエンザA型 : 11名(職員:5)  
インフルエンザの流行が10月末から流行しました  
みなと保健所に報告をしていき11/13に終息しました。  
地域では、まだインフルエンザが多く発生報告  
があります。免疫力を落とさないように、しっかり食  
べて睡眠をとりましょう。

保健指導では、手洗い指導を行いました。4・5歳は、  
手洗いチェッカーを使用して洗えていない部分を目  
で分かるように伝えていきました。2歳児も手洗いポ  
ーズを見ながら行いました。家でも家族と一緒に手洗  
いをして見てください。