



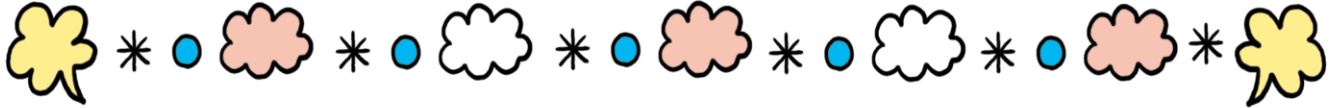
ほけんだより

2月号



2023年1月31日発行
ゆらりん白金保育園
看護師 小島

気温が低く乾燥した日が続いています。1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。3年ぶりにインフルエンザ、胃腸炎が発生が増えてきています。飛沫、接触感染のため外出後の手洗いうがいを気を付けていきましょう。



乾燥が原因の咳もありますが、ウイルス性のものは飛沫感染によって広がっていきます。まだ新型コロナウイルス感染症も発生がみられています。マスクの使用は、混雑時の室内などではもらわないように、咳がでる時は移さないように必要時にマスクを上手に使いましょう。

おうちでのケア



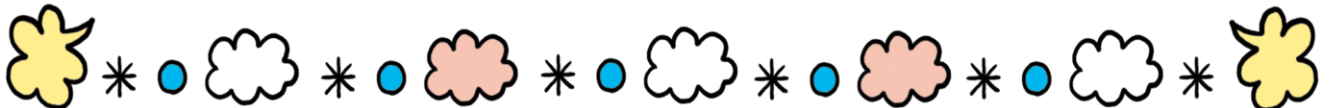
洗濯物を干したり、加湿器をつけたりして、湿度を調節し、喉を潤しましょう。湿度によりウイルスの広がりを少なくしましょう。また、鼻の繊毛の動きもよくなります。



咳がひどい時は、背中の下に枕やクッションを置くなどして上半身を高くしましょう。呼吸が楽になります。
早めの受診をお勧めします。



麦茶や白湯など、刺激のない飲み物で水分補給をこまめに行いましょう。喉を潤しウイルスの付着を防ぎましょう



<2月保健行事予定>

2日(木) 10:00~0・1・2歳児園医健診

6日(月) 9:30~幼児身体測定

7日(火) 9:30~乳児身体測定

16日(月) 9:50~0歳児園医健診

* 2月の保健指導：言葉で伝わるきもち
標識、交通ルールを守って歩こう

<園での感染症>

家庭内での新型コロナウイルス感染症は発生がありましたが、他の感染症はありませんでした。

保健指導で、1月は、咳エチケットを2・3・4・5歳児に行いました。くしゃみ、咳の飛沫の距離をスズランテープで目で分かるようにし「わ!全員がついちゃう」と体感し口を覆うことを実践しました。
4.5歳児は、安全行動イメージトレーニングを行いましたグループを作り、自分たちで話し合いまとめて発表しました。どんなことが起こりそうなのか、それを避けるためにはどう行動するか?をすいか組が率先してグループをまとめている姿が頼もしく見えました。(安全行動イメージトレーニングで使用した書面を玄関に掲示しますので、お子さんとお話してみてください)