



# 2月のほけんだより

2022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。ウイルスや細菌にとっては、拡がりやすい環境になります。寒くてもこまめに換気を行い空気を入れ替えましょう。子どもたちは、寒さの中でも元気に遊んでいます。免疫力アップのためにも生活リズムを整えていきましょう。

## 「かぜ」は油断大敵

鼻やのどにウイルスや細菌が感染し、炎症を起こすものの総称を「かぜ症候群」といいます。軽く済むことも多いのですが、油断をすると悪化して、中耳炎、肺炎、気管支炎など、さまざまな病気を併発することもあります。

ちょっと体調が悪そうなときは、無理をせず安静を心がけ、長引かせないようにしましょう。日ごろから、規則正しい生活を送ることもたいせつです。

### < 2月の行事予定 >

- 1日(火) 9:30~3・4・5歳の身体測定
- 2日(水) 9:30~0・1・2歳の身体測定
- 7日(月) 9:45~0・1・2歳の園医健診
- 21日(月) 9:45~0歳の園医健診

\*保健指導：言葉で伝わる気持ち

ふわふわ言葉とちくちく言葉

身だしなみ

### < 園での感染症 >

1月の感染症は、ありませんでした。

地域の保育園では、感染性胃腸炎の発生も報告が多く見られています。手洗い、うがいを気を付けていきたいと思います。新型コロナウイルス感染症の広がりも保育園、小中学校と子どもの感染も多く見られてきています。症状が不確定なため判断も難しく集団感染になる恐れもあります。今まで同様に健康チェックや体温測定は継続し保育室、おもちゃなどの消毒にも気を付けていきたいと思います。熱がないと風邪症状での登園は、保護者の判断に違いがあり園内での統一は難しい状況です。症状が継続したり動くと咳がでたりと1日中緩和しない場合など家での休養の連絡させていただく事もあると思いますが、ご協力を宜しくお願い致します。  
\*保健指導で、鼻のかみ方指導を行いました。左右交互に鼻を押さえて息を出す事を練習しました。少しずつできていて関心を持ってきています。ご家庭でも鼻かみをみて出来たら褒めてあげてください。

### < アレルギーについて >

そろそろ花粉症の季節になります。症状がでる前に病院受診を行い、早めに対策をるようにしましょう。園での対応がありましたら声をかけて下さい。少しでも過ごしやすくしてあげられたらと思います。