



2023年1月31日  
ゆらりん高輪保育園  
看護師 高橋・徳田

寒い日が続いていますが、子どもたちの元気な声が室内を暖かくしてくれます。今年度も残り2ヶ月となりました。一日一日を大切に今月も子どもたちが思いっきり楽しんで過ごせるように努めて参ります。胃腸炎症状や風邪症状が保育園内でも多くみられました。再度、気を引き締めて感染対策を行っていきます。



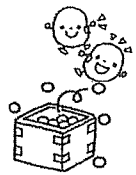
もうすぐ節分です。豆まきをする御家庭もあると思いますが、1年の無病息災を願ってまく豆は思わぬトラブルを引き起こすことがあり、小さな子どもがいる場合は注意が必要です。

奥歯が生えそろうず、かみ砕く力や飲み込む力が十分ではない子どもは、硬くてかみ砕く必要のある豆やナッツ類などを、のどや気管に詰まらせて窒息したり、小さなかけらが気管に入り込んで肺炎や気管支炎を起こしたりするリスクがあります。また、物を口に入れたままで、走ったり、笑ったり、泣いたり、声を出したりすると、不意に吸い込んでしまい、窒息・誤嚥(ごえん)(食べ物又は異物が気管に入る)するリスクがあります。

保育園内での豆まきに、本物の豆は使いませんが、ご自宅で豆を扱う際は注意が必要です！

消費者庁からも...

- 豆まきは個包装されたものを使用するなど工夫して行い、5歳以下の子どもが拾って口に入れないように、後片付けを徹底しましょう。
- 兄弟がいる家庭では、兄弟が豆やナッツ類を食べている際、5歳以下の子どもが欲しがっても与えないようにしましょう。
- 食べているときは、姿勢をよくし、食べることに集中させましょう。泣いている時に食べ物をあげるのもやめましょう。



## 花粉症の季節がきます！

子どもの花粉症は年々増えています。

- 熱はないが風邪のような症状が長引く
- さらさらした鼻水が出る
- ひどい鼻づまり
- 目がかゆい
- くしゃみが続けて出る
- 毎年同じ時期に同じ症状がでる
- 家族にアレルギー体質のひとがいる

上記のチェック項目で2つ以上該当する場合は花粉症の可能性ががあります。

2月頃から症状が出る子どもが多いので、症状がある際は受診をすることをおすすめします。



花粉症の症状が出たら早めに眼科や耳鼻科などかかりつけ医に相談しましょう。

## 冬の脱水に要注意！！

冬は空気の乾燥により体から水分が失われやすいのに加え、喉が渇きにくい・汗をかいている実感がないなどの理由で、夏場に比べて飲料摂取が少なくなることから、日常的に脱水のリスクにさらされています。乾燥で、鼻やのどの粘膜が弱り感染症にもかかりやすくなってしまいます。

喉が渇いていなくても、こまめに水分補給することが重要です。

## 2月の保健行事

<健康診断>

- ◎0・1歳児：2日(木) 14:45~
- ◎0・2歳児：16日(木) 14:45~
- ※園医にご相談などありましたら、保育士または看護師にお声掛け下さい。

<身体測定>

- ◎0歳児：10日(金)
- ◎1歳児：9日(木)
- ◎2歳児：8日(水)
- ◎3歳児：7日(火)
- ◎4・5歳児：6日(月)