



がつ 12月のほけんだより

令和5年12月1日発行
あいせん保育園



寒さも少しずつ厳しくなり、本格的な冬の到来となりました。インフルエンザなどの感染症が流行しています。園でも手洗いやうがいなどを行い、体調管理に努めたいと思います。



今年の冬至はいつ？



冬になると外が暗くなる時間が早くなり、日が短くなりますよね。冬至とは、1年で最も昼が短くて夜が長い日で、2023年の冬至は12月22日になります。冬至といえば、かぼちゃを食べる、ゆず湯に入るなどありますが、なぜそのような習慣があるのでしょうか。

冬至にかぼちゃを食べる理由は、「ん」が付く食べ物を食べることで運気が上がる、風邪をひかない、などの言い伝えがあったためです。かぼちゃは「冬至の七種」のうちのひとつで、「南瓜(なんきん)」と呼ばれていました。ほかには「れんこん」「にんじん」「ぎんなん」「ぎんかん」「かんでん」「うんどん(うどん)」があり、どれも「ん」がふたつ含まれています。

ゆず湯は冬至に行なう禊(みそぎ)の風習です。運を呼び込む前に体を清めるという意味があります。ゆずの強い香りは邪気払いになるとも言われています。また、ゆず湯には血行を促進して冷え性を緩和したり、体を温めて風邪を予防する効果があります。



インフルエンザ登園停止期間について

登園停止期間早見表



例	発症日	発症後5日間(登園停止期間)					発症後5日を経過		
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後1日目に解熱した場合		解熱	1日目	2日目	3日目		登園OK!		
発症後2日目に解熱した場合			解熱	1日目	2日目	3日目	登園OK!		
発症後3日目に解熱した場合				解熱	1日目	2日目	3日目	登園OK!	
発症後4日目に解熱した場合					解熱	1日目	2日目	3日目	登園OK!

今年度も昨年度に続き登園許可書の提出は必要ありません。発症された場合は、医師や保育園と登園日可能日を確認して下さい。

※乳幼児の場合「発症後、5日を経過し、かつ解熱後3日を経過するまで」です。小学生以上の場合「発症後、5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」となり乳幼児と異なります。※発症日とは発熱の症状が現れた日をさします。

※解熱した日はカウントせず、翌日から解熱後1日目、2日目と数えます。

11月の健康情報



インフルエンザA 乳児 1名

アタマジラミが数名発生しています。ご家庭でも洗髪や髪を乾かす時などに頭髪チェックをお願いします。

