

けんこう がっこう 健康だより 11月号

れいわ ねん がつ にちほつこう
令和5年10月31日発行
かんのん ちやうほくえん
かんのん町保育園

がっ かんせんしょうじょうほう
10月の感染症情報
いんふるえんざ 12名
インフルエンザ 12名

はだ ちふる かぜ がだんだん つめ たくなり、あさばん ひ え込みが秋の気配を感じさせます。
えんてい か まわ こ たち げんき へ や もと ころ あせ
園庭で駆け回る子ども達は、元気いっぱいいで部屋に戻る頃にはうっすらと汗をかいている程です。衣服の調節を上手に
おこな 行いながら、健康に過ごしたいですね。

～冬季ワセリン塗布について～
て あ かんそうなど じゆしん しゆじい ほいくえん
手荒れや乾燥等で受診している主治医から保育園でも、
ほしつ ひつよう しんだん こ
保湿が必要と診断されているお子さんについては、保護者
の申し出があった場合、園にある保湿剤(ワセリン)を塗る
ことができます。事務所まで声をかけてください。

インフルエンザを予防しましょう！
ことし ねん つう いんふるえんざ りゆうこう
今年 は 1年を通じてインフルエンザが流行していますね。
さいど きほんてき こと
再度、基本的な事についてお知らせします。

症状： しょうじょう しょうねつ すつう かんせつつう きんにくつう ぜんしんけんたいかん しょうじょう
発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感などの症状
が比較的急速に現れるのが特徴です。
あわせて 普通の 風邪 と同じように、のどの痛み、鼻水、
せき などの しょうじょう み
咳などの症状も見られます。

- 予防**
- ・食事前、帰宅時に手洗い、うがいをする。
 - ・部屋の換気をし、人ごみをなるべく避ける。
 - ・バランスのよい食事、睡眠をしっかりとる。
 - ・適度に運動をする。
 - ・肌着を着けて、気温に合わせた衣服の調節をする。

登園停止期間： しょうえんていしきかん はっしょうご か けいか げねつご か けいか
発症後5日を経過し、かつ解熱後3日を経過
するまでは登園停止です。
※現在は登園許可証は必要ありませんが、登園開始の確認は
させていただきます。

にゅうじ はな ふ かた しょうかい はな 乳児の鼻の拭き方の紹介～お鼻するする～

きせつと はなみず で こ おお はな ふ はな ふ いたい などけいけん かた おお
季節問わず、鼻水が出る子どもは多いです。鼻を拭かれるのを嫌がったり等経験がある方は多いのではないでし
ょうか？こんな方法もあるので、ぜひ1度お試しください！

- ①ティッシュを半分に折り、さらにもう1度半分に折る。(幅が1/4の帯状にする)
- ②右手を写真のような形にして、人差し指に①のティッシュをかける。
てまう なが、む がわ みじか
手前を長く、向こう側を短くする。
- ③子どもと向き合い、ティッシュをかけた人差し指を子どもの両鼻の穴に軽く当てる。
- ④右手は子どもの鼻に当てて固定したまま、子ども側に垂れている短い方の
ティッシュの端を左手で下方方向にひっぱって滑らせる。(写真の矢印方向にひっぱる)
みきておやゆび かる ていっしゅ を お 安定します。

この状態で鼻に当て、
短い鼻側をひっぱります。



ひまわり組

今月の健康指導 こんげつ けんこうしどう
エブロンシアターのまあちゃんと
一緒に、食後には口の中に虫ばい菌が
いっぱいいることを伝えると、
「え～、虫歯になっちゃう」と気付く子どもたち。
くち 口すすぎ(ぶくぶくうがい)を食後に行うと虫歯
予防になることを伝えました。頬を膨らませぶくぶ
くと口すすぎを行っています！



ゆい組

～手洗い、口すすぎ、うがい指導～
てあら ぐち ぐち 口すすぎ、うがいしどう
以前にも伝えたことがあり、思い出しながら
「汚い手だとばい菌が付いちやう」「ばい菌がお腹
に入ると痛くなっちゃう」等話す子どもたち。くち
すすぎ(ぶくぶくうがい)と外から帰ってきたうがい(が
らからうがい)の違いをクイズにして楽しみながら
伝えていきました。

