

# ほけんだより 2月号

令和4年2月1日  
みなみかせ保育園



2月3日は節分です。お家で豆まきごっこをしてみたり、季節の行事を楽しんでいきましょう。寒い時期ですが、お家の中でも普段と違う遊びを取り入れながら、楽しんで過ごしていきましょう。

## ばい菌いなくなったかな？

手洗いチェッカーを使って手洗いの練習をしました。

新型コロナウイルスが、また流行しています。手洗いは大事！！と何度も言われ練習しているけど、どのくらいきれいに洗えているかな？

1/13に幼児クラスで、手洗いチェッカーを使用し、手洗いの確認を行いました。

汚れに見立てた蛍光剤入りのハンドクリームを手に塗った後手洗いをし、ブラックライトを当ててみると…。洗い残しの部分が黄色く光ります。

手の間、指先…手を洗った後も、光っている場所はどこかな？・・・洗いにくい場所、洗い残しのある場所を再確認し、もっと丁寧に洗おう！と気持ちを新たに

しました。お家でも手洗いの仕方を再確認できるといいですね。

## うがいをしよう！

外から帰ったら、「ガラガラうがい」をして、ばい菌を体の中に入れないようにしましょう。



水を吐くときは、低いところでゆっくり吐いて、しぶきを周りに飛ばさないようにしましょう。

## 外で元気に遊ぼう

寒いと外に出るのがおっくうになり室内遊びが多くなりがちです。外で体をたくさん動かして遊ぶと筋肉や骨が強くなり風邪に負けない元気な体を作られます。できるだけたくさん体を動かして遊びましょう。

## 豆まき、ちょっと工夫しましょう

2月3日は節分の日。豆まきは楽しい行事ですが、いり豆は窒息の原因となりやすい食べ物です。のどにつまらせたり、くだけた豆が気管に入り、誤嚥<sup>ごえん</sup>を生じることがあります。3歳ごろまでは食べさせないようにしましょう。くだけた豆も危険です。また、家の中にまいた豆を拾って口に入れないように注意しましょう。

### 豆を食べるときは……

#### ● 落ち着いて食べる

きちんと座らせ、大人が見守るところで食べさせましょう。

#### ● 水分をいっしょにとる

のどをうるおして、飲み込みやすくします。

### こんなものにも要注意！

いり大豆やナッツ類も3歳までは食べさせないように。



いり大豆



ピーナッツ



アーモンド

## 1月の感染症

突発性発疹 1名

## 2月の予定

2/1～10 全園児 身体測定

※今月は、園医健診はありません。