


# ほけんたより2月

令和6年 2月 みなみかせ保育園

春の初めの日といわれている「立春」。今年は2月4日です。まだ寒いこの時期に「春」と言われても実感は、わきませんね。でも、草や花、虫など、いろいろなものに目をむけてみると、少しずつですが、春が確実にやってきているのがわかります。やがて訪れる春を待ちましよう。

まさか豆で?! こんな事故に気を付けて

節分と言えば豆まきですね。1年の無病息災を願ってまく豆ですが、思わぬトラブルを招くことがあります。



小さい子どもは、かみ砕いたり飲み込んだりする力が不十分なため、豆が気道に入りやすく、肺炎を起こすことも。また、気道が狭いので窒息した例もあります。


消費者庁は.....

**5歳以下には  
豆やナッツ類をたべさせない**

**5歳以上が食べる時は、  
集中させ、よくかみくたくように**

.....と呼びかけています。

豆まきをした後は、子どもが拾った豆を口に入れてしまう場合があります。後片付けもしっかり気をつけたいですね。



## 3歳以降の肥満に要注意!

乳幼児期は体重の変動が激しく、しょっちゅう増えたり減ったりしますが、あまり心配はいりません。特に1歳くらいまでの肥満は乳児肥満といって、歩けるようになって運動量が増えると、どんどん体がしまってきます。ただ、心配なのは、3~6歳にかけて太ってきた場合。そのまま肥満につながりやすいので、注意しましょう。



### 食生活の見直しを

スナック菓子やジュース類のとりすぎに注意しましょう。

### 意識的に体を動かして

肥満気味の子は、体を動かすことを避ける傾向があります。本人の好きなあそびで、楽しく体を動かすようにしていきましょう。



## 1月の感染症

溶連菌感染症	2名
アデノウイルス感染症	1名
胃腸炎	4名
インフルエンザA型	2名
インフルエンザB型	2名
コロナ感染症	3名

1/29現在