



令和2年10月30日

社会福祉法人たつみ会

認定こども園

聖ヶ丘保育園こども未来学舎

11月ほけんだより

インフルエンザやノロウイルスなど、冬に多い感染症が流行る季節がやってきました。予防接種をしたからと安心せずには手洗い・うがいを徹底し、規則正しい生活を送るように心がけ、感染症を予防しましょう。

気をつけよう！ しもやけ

しもやけは、皮膚が温度差に耐えられなくなり、血行が悪くなることで起こります。手足を急な温度変化にさらさないように、気をつけましょう。

× はだしのまま冷たい床を歩く



○ フローリングやタイルなど冷たい床の上では、靴下や室内履きを履く。



× はだしのまま靴を履く



○ 靴を履くときは、必ず靴下をはく。



× 寒い所であそんでいて、急にお湯で手を洗う。



○ 手足を洗う場合は、ごくぬるいお湯に。



だいじょうぶ？

鼻水・鼻づまり

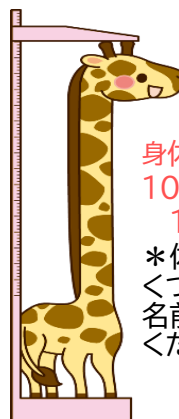
鼻水や鼻づまりをほうっておくと、鼻やのどの粘膜が炎症を起こし、ほかの病気の原因になることもあります。鼻水・鼻づまりが気になったら、早めに病院を受診しましょう。

そして家庭では、鼻水が出たらふく、鼻がつまったらかむ、という生活習慣が身につくよう、繰り返し伝えていきましょう。



マスクをつけましょう

冬はかぜやインフルエンザが流行る季節です。咳やくしゃみが出たらマスクをつけて、周囲にウイルスや菌を撒き散らさないようにしましょう。かぜを引いていなくても、マスクをつけることで鼻や喉の乾燥や炎症を防ぐことができます。子どもに合ったサイズのマスクを選んで、感染予防に役立てましょう。



身体測定

10月16日(月)~

10月19日(木)

*体操着、下着、くつ下に、必ず名前を記入してください。

