



ほけんだより

2021 12月 りすのき保育園 NO.10

寒さが増してきて、湿度も下がり乾燥してきました。

適度に体を動かして体を温め、水分補給で乾燥から体を守り、風邪を引かないよう過ごしましょう。

今月の予定

0歳児健診	6日(月)	くるみの部屋・健康診断未受診の園児	15時 ~
大池先生に診察していただきます。			
身体測定	15日(水)	全クラス	

コロナウイルス感染症の発症は、東京都では少なくなりました。

しかし、他国では、オミクロン株という新たに感染力の強いウイルスも発見され、世界中で警戒しています。

気を緩めず、引き続き感染予防に取り組んでいきたいと思ひます。

園内では、最近、咳・鼻水・発熱のお子さんが増えてきています。

今まで通り、感染対策をしまひります。

- ・手洗い(手指消毒)・マスクの着用(大人)
- ・換気
- ・咳がひどい時は自宅で経過をみましよう
- ・発熱した時は、解熱後24時間はご家庭で様子をみましよう。

よろしくお願ひいたします。

規則正しい生活で、免疫力を高めましよう。



決まった時間に起きよう



朝ごはんを毎日食べよう



適度に体を動かそう

水痘が発症しました。

りすのき保育園では、水痘の予防接種をしまひている園児は殆どですが、くるみの部屋(0歳の部屋)では予防接種がまだできないお子さんもいます。拡がらない様に過ごしたいと思ひます。

そこで、保護者の皆様にお願ひがあります。

下記の様な症状の時、医師の診断を受けてから登園してください。

顔・頭の中や、体の色々な部分に虫刺されの様な、赤く先端に水を持ってる発疹がある時は水痘の疑ひがあります。予防接種をしまひていると熱が出ないこともあるそうです。発疹をひっかく事で他の部位に拡がってしまうので、早目の受診をしまひ下さい。

<注意>

大人では水痘に感染した既往があり、免疫力が低下した方の体に水痘ウィルスが侵入すると、帯状疱疹を発症する事があります。また、帯状疱疹の方から子どもに移ると子どもは水痘を発症する事がありますので注意が必要です。登園許可書が必要です。

手足口病やヘルパンギーナの様な夏に流行する感染症も発症してしまひます

手足口病・手や足に水疱ができ、口の中には口内炎ができます。痛みを伴ひます。

ヘルパンギーナ・高熱とともにのどに水を持った発疹ができます。痛みを伴ひます。

有効な治療やワクチンはなく、長期にわたり便にウィルスが排出される事や、発症前に人に移す事から、感染を予防する事は難しいです。医師に登園の有無をご相談ください。

空気が乾燥してしまひました。

皮膚もカサカサしてきて、痒くて掻き壊してしまひているお子さんも増えてしまひます。皮膚の保湿は、この時期とても大切です。ご家族でお風呂上がり、スキンケアをする事をお勧めしまひます。

乾燥肌対策



手を洗うときはゴシゴシこすりすぎない



温度の高い湯船に長くつかりすぎない



肌合った保湿クリームを使う

今月も元気に、登園できますように