

待けんだより1月

令和2年1月1日 あいあい浜寺中央こども園

あけましておめでとうございます。新しい元号で迎えるはじめてのお正月ですね。帰省したり、外出したりなどと楽しく過ごされたことでしょうか。今年も早寝早起きで、規則正しい生活習慣を心がけ元気に過ごしましょう。



手洗い講習会

12月に予定していた花王ビオレによる手洗い講習会が、インフルエンザの流行に伴い延期になっていました。今月9日に行います。

講師の先生に来園してもらって楽しく手洗いについて学びます。

予防の基本は、手洗い・うがいです。日々の衛生習慣の確立と感染症予防に心がけ習慣づけていきましょう。



12月は、幼児クラスでインフルエンザA型の届出が多くありました。各ご家庭においても家庭保育のご協力ありがとうございました。年末年始と、出かける機会も多くあったかと思います。

人が集まる所にはウイルスがたくさんいます。帰宅したら手洗いをしましょう。家庭内でも体調の悪い方がおられたら申出の方よろしくをお願いします。



室内と戸外での環境調整

【室内】

- *1時間に1回換気を⇒締め切った部屋は二酸化炭素やウイルス・細菌が増えていきます。暖房器具の使用で空気は汚れます。
- *うがい、手洗い⇒外で付いたウイルスなどを、帰ったらすぐに流しましょう。
- *湿度=50~60% 温度=18~20℃⇒乾燥と寒いのが好きなウイルスを、適度な湿度と温度で弱らせましょう。



【戸外】

- *重ね着で体温調節⇒建物の中が暑いと、外に出たときに汗が冷えてカゼの原因になることも。脱いだり着たりできるもので温度調節を。
- *3つの首を温める⇒「首・手首・足首」を温めると効率的に体温が上がります。

冬に気をつけたい感染症

*インフルエンザ⇒高熱、全身のだるさ、食欲不振などの症状がでます。強い寒気や関節の痛みも同時に現れることがあります。予防接種を受けていると症状がかなり軽くなるケースもありますので、普段と様子が違うときは気をつけましょう。 ※インフルエンザには型違いがありますので、体調面には充分気をつけましょう。

*ノロウイルス感染症⇒嘔吐や吐き気が突然起きるのが特徴です。ほかに、腹痛・下痢などの症状も見られます。

今月の保健行事

- *乳児身体測定(0~2歳児)・・・14日(火)
- *幼児身体測定(3~5歳児)・・・16日(木)
- *花王ビオレ手洗い講習会
・・・9日(木)10:00~

12月感染症発生状況

- *アデノウイルス感染症・・・1名
- *ウイルス性胃腸炎・・・2名 *りんご病・・・3名
- *突発性発疹症・・・3名 *溶連菌感染症・・・8名
- *インフルエンザA型・・・1歳児5名、2歳児1名
3歳児7名、4歳児22名
5歳児17名

