



ほけんだより

令和7年2月1日 あいあい鳳保育園

日差しに少し暖かさを感じる日もありますが、まだまだ寒い日が続いています。今年の節分は2月2日。地球が太陽の周りを1周するのに1年かかりますが、今年は誤差の調整のため「立春」が2月3日にずれています。季節の変わり目は寒暖差が大きくなるので、衣服で調整したり、体調管理には充分気をつけて過ごしましょう。



そろそろ花粉症にも気をつけましょう。2月後半になると暖かく感じる日が増えてきます。「もうすぐ春かな？」と感じる頃、鼻がムズムズしだしたら花粉症かもしれません。再び寒気が流れ込み寒暖差が大きくなる日もありますので、風邪などの感染症にも気をつけましょう。

	カゼ	花粉症
くしゃみ	ときどきある	何度も出る
鼻水	だんだん粘り気が強くなる	さらっとしている
目	症状はほとんどない	痒みが出ることもある
せき	よくある	ほとんどない



【対策】 帰ったら、手洗い・うがいをし洗顔もしましょう。つるつるした素材の服を着たり、家に帰ったら花粉を払い落としましょう。



くしゃみの飛沫にはウイルスなどの病原菌が含まれていることがあるため、周囲に飛沫がかからないようにしましょう。口元をティッシュや腕などで覆う、マスクをつけるなどして、飛沫感染から予防しましょう。

家庭内の感染予防のポイント

お子さんが感染症にかかり看病に追われ、治ったと思ったら家族の方が体調を崩してしまったり・・・感染予防をしっかりし、元気に過ごせるポイントをお伝えします。

- ① 【手洗い・消毒】 看病をした後は石けんで手洗いを。電気のスイッチやトイレの水洗バーなど、よく触るところの消毒も大切です。
- ② 【タオルを共用しない】 タオルを介した感染も多いです。
ペーパータオルを準備しておく◎
- ③ 【食器はよく洗う】 子どもの唾液がついた食器には細菌やウイルスが。洗剤でしっかり洗いましょう
- ④ 【マスクをつける】 不織布マスクは子どもからの飛沫感染をある程度防げます。



1月感染症発生状況

- *ウイルス胃腸炎
・・・1名
- *インフルエンザA型
・・・5名



2月の予定

- *乳児身体測定(0~2歳児)
・・・6日(木)
- *幼児身体測定(3~5歳児)
・・・7日(金)

