



ほけんだよ!

～すくすくげんき～

- 10月の健康状況**
- 手足口病..... 1名
 - 胃腸炎・おなかの風邪... 4名

お知らせ

★園内コロナ感染予防策として、朝の受け入れ時に、保護者の方に検温のご協力をお願いしていましたが、11月1日(火)より2歳～5歳児クラスの検温を職員が非接触性体温計にて検温後、37.0℃以上のお子さんのみ計りなおす対応に変更させていただきます。ご協力ありがとうございます。感染の流行状況により適宜変更させていただきます。

★全園児健診、幼児の視力検査の結果をけんこうノートに記載しましたのでご覧ください。

＜視力検査について＞

→ランドルト環を使って視力検査をおこないました。ABCで記載しています。

- A 視力1.0以上
- B 視力0.9-0.7
- C 視力0.6-0.3
- D 視力0.3未満

・園での検査は厳密なものではありません。視力はその日の体調などに左右されます。結果はあくまでも目安としてご参照ください。

子どもが吐いたら……

ここを確認!

- おなかを痛がったり、下痢をしていないか?
- 食べすぎや飲みすぎはなかったか?
- 吐く前に食べたものは何だったか?
- 吐く前に頭やおなかを打っていないか?
- 熱はないか?

吐いた後ぐったりしている、機嫌が悪いなど、様子によっては急いで受診しましょう!

何度も吐き続けるときは……

- 食べ物や飲み物を与えず、安静にする
- 吐いたものが気管に入らないように、上体を起こすが、顔を横に向けて寝かせる

吐き気が治ったら……

- さゆや麦茶、野菜スープなどを、ひと口ずつゆっくり飲ませる

気管支ぜんそくについて

ハウスダスト、ダニ、ペットの毛などのアレルギー反応によって起こる気管支ぜんそく。呼吸が苦しくなり、たんが絡んだせきが出ます。

発作は軽度のものから呼吸困難を起こす重症のものまで多様。幼児期に発症することが多く、発作を繰り返すうちに気道が過敏になり、少しの刺激で発作が起きやすくなります。季節の変わり目は、体調を崩しやすくなるので注意してあげたいですね。

せきの対応

- 前かがみに座らせる
- 少しずつ水分を補給する
- 室内を清潔に保つ(ダニやハウスダストが原因の場合)

⚠️ 呼吸困難を起こしたらすぐに病院へ

咳エチケット

咳やくしゃみをする時は、病気が広がらないよう周囲への気配りが必要です。咳エチケットを守り、感染を防ぎましょう。

- 咳、くしゃみをする時はティッシュペーパーで鼻や口を押さえ(もしくは自分の腕で口を覆い)、周りの人を避けて行いましょう。
- マスクをして、他の人にうつさないようにしましょう。
- 鼻をかんだ後のティッシュペーパーは、すぐにゴミ箱に捨てましょう。

11月は「乳幼児突然死症候群(SIDS)対策強化月間」です。

睡眠中の赤ちゃんの死亡を減らしましょう

SIDS対策強化月間

12月以降の冬期に乳幼児突然死症候群(SIDS)が発症する傾向が高ことから、厚生労働省では毎年11月を強化月間とすることを平成11年に決定しました。

- ### 発症リスクを低くするポイント
- 1歳になるまではあおむけに寝かせる
 - できるだけ母乳で育てる
 - 保護者らは、たばこをやめる

11.8 いい歯の日

11月8日は「いい歯の日」です。小さいうちから歯を大切にすることは、成長するにつれとても大事なことです。仕上げ磨きは必ず大人がしてあげましょう!

ハミガキ剤の使用量の目安

年齢	使用量
0-2歳	1-3mm程度
3-5歳	5mm程度
6-14歳	1cm程度

デンタルフロスの使い方

- 鏡で確認しながら歯並びに沿わせてデンタルフロスの糸の部分当てる。
- ゆっくりと小さく動かしながら入れる。
- 中まで入ったら、両方の歯の面に糸に沿わせて上下に動かしながら歯垢を落とす。
- ゆっくりと小さく動かしながら取り出す。