



1月のほけんだより

旧年中は大変お世話になりました。来年も子ども達が健康に過ごせるように、ほけんだよりを通して病気の予防法などをお伝えしていきます。寒さと乾燥が厳しい季節ですが、新年も園児さんたちが元気に登園してくれることを楽しみにしています。良いお年をお迎えください。

12月の健康状況

発熱	15名
咳、鼻水	3名
嘔吐・下痢（胃腸炎含む）	8名
インフルエンザ	13名
中耳炎	3名
溶連菌	5名

休暇中の体調について

今年の年末年始は土曜日がお休みの方は9連休となります。
お休み中は遠方にお出かけをしたり、食事をいろんな方と取ったりと普段と異なる生活リズムになると思います。
生活リズムの変化により、体調を崩すこともあると思います。
久しぶりの登園となる際には、連休中のご様子や体調などを連絡帳などでお伝えいただけますようよろしくお願い致します。

保育園への登園について

平素より保育園の運営にご協力いただきありがとうございます。
インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、感染性の胃腸炎（お腹の風邪）等の感染症にかかった場合、兄弟姉妹の方も感染予防の観点から一緒にお休みして下さるようご協力をお願いしております。

やむを得ない事情で登園する場合、以下のことを守っていただくようお願いをしております。

- ・園児本人は健康である。熱がなくても、咳、鼻水、喉の痛みその他風邪症状がある場合は登園できません。
- ・受け入れ時に検温させていただきます。
- ・送迎する家族が体調不良の場合はマスクを着用の上園児の受け渡しは門のところでお願いします。
- ・保育中に発熱などの症状があった場合はご連絡しますので、至急お迎えに来られる態勢を取っておいてください。
- ・8:30~16:30の通常保育でのお預かりになります。

よろしくお願い致します。



嘔吐物の処理方法

嘔吐物（おうとぶつ）は、二次感染を防ぐために速やかな処理が必要です。まずは窓を開けて換気を行い、ゴム手袋やマスクで体を覆って嘔吐物に直接触れないようにしましょう。



用意する物

- 使い捨て手袋
- 使い捨てマスク
- バケツ
- 雑巾
- ビニール袋
- 消毒液（塩素系漂白剤など）
- 使い捨てエプロン（あれば）

手順

- ①手袋（できればひじまで隠れるもの）をして捨ててもよい布や紙で拭き取ります。
- ②拭き取った物はビニール袋へ入れて、外へ漏れ出ないようにして捨てます。
- ③汚れた床は、消毒液（漂白剤等）などを薄めて拭きます。

嘔吐物の付いた衣類の洗い方

消毒液を薄めて、衣類を2時間程漬け置きした後、洗濯をします。他の衣類とは一緒に洗わないようにしましょう。



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（できればふた付き）に捨てましょう。

スキンケアについて

湿度が50%以下になると、皮膚の乾燥が始まると言われています。加湿器の使用や洗濯物の部屋干しなどで部屋の湿度を保つよう工夫してみてください。

●入浴ポイント

毎日の入浴で体を清潔に保つことは大切ですが、洗浄力の強い石鹸やボディソープで洗うとかわって肌を乾燥させます。肌が乾燥気味の際はタオルを使わず、手でやさしく洗う程度で十分です。また保湿成分を含む入浴剤を使用するのも効果的です。かゆみが強い時は、ぬるめの湯温で入浴しましょう。

