



保健だより

2020年 12月

認定こども園大津保育園 0293-46-5811



気温が下がり、乾燥し、ウィルスが活発化する季節がやってきました。子ども達は、すっかりマスクの生活にも慣れ毎日元気に過ごしています。この季節は何といても加湿！園では何台もの加湿器がフル稼働しています。また、霧吹きを使い空気を湿らすことも行っています。一年通して行っているお茶うがい、ハンドソープでの手洗いも念入りにしっかり行っています。おもちゃの消毒、壁、ドアの消毒も行い感染症から子ども達を守りたいと思います。

感染胃腸炎がはやる時期がやってきました

ノロウィルスやロタウィルスなどが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。下痢や嘔吐がある場合は早めに受診し、脱水症状にならないようこまめに水分補給をしましょう。また嘔吐物や便にはウィルスが含まれていますので適切な処理が必要です。受診した際には、症状の回復がない場合の再受診の目安や、保育園の登園可能な目安などを確認しておくようにしましょう。回復後の登園には登園届（保護者記入）が必要です。

汚れた衣服は・・・

感染拡大予防の為、園では洗わずそのままお返しします。

塩素系漂白剤を薄めたもので消毒します。



消毒が出来たら洗濯機に入れても大丈夫です。



汚れた場所もしっかりと塩素系漂白剤を薄めたもので消毒を行います。



冬を元気に過ごすための服装選びと着せ方は？

よく「子どもは大人より1枚少なめ」といいますが、赤ちゃんと幼児では服装のポイントが違います。基本的には体温が未熟な乳児の赤ちゃんは大人より一枚多め。ハイハイやよちよち歩きの1歳児（幼児）は大人と同じくらい、走って汗をかきやすい2歳児からは大人より1枚少なめが目安です。厚着させず、動きやすい重ね着の工夫が必要です！上手な重ね着のポイントは「**空気の層を作ること**」「**肌に繊維の刺激を与えない**」ことです肌に優しいコットンの肌着をしっかり着ること。お腹が出ないように少し長めの肌着がいいですね。それに、薄手の長袖Tシャツが基本。肌寒い時は着脱しやすいトレーナーやカーディガンを重ね着しましょう。汗をかいたら肌着を変えれば



風邪はどうやって治せばいいの？！



ウィルスが原因の風邪を治す薬は、実は世界中のどこを探しても存在しません。なぜなら風邪のウィルスの数は400種類以上あり、また同じウィルスでも型が何種類もあるからです。それを一人一人特定して薬を出すというのは多くの時間がかかります。ですので、ウィルス感染によって引き起こされた症状を和らげる薬を飲みながら、自分の免疫の力で治すしかありません。しかし風邪の中には経過中に細菌感染（ウィルス感染とは別のもの）による肺炎、気管支炎になったりしますのでなかなか症状が治まらない時には別の治療が必要になります。これをしっかりと認識していただきお子さんにケアしてあげてください。症状を和らげる薬を使いながら、水分をしっかりと取らせたり、しっかりと眠れるような精神的ケア、とりやすい食事を考えたりすることがとても重要なのです。



歯科検診をしました



11月2日に歯科検診をしました。虫歯がある子の人数です。毎日の仕上げ磨

つくし	たんぽぽ	ちゅうりっぷ	ひまわり	すみれ	ゆり
0人	0人	4人	10人	10人	19人

きをしっかりと行い、虫歯0をめざしましょう！！