



年の瀬を迎え、何かとあわただしい12月。生活リズムが崩れがちで、また感染症もはやる時期です。子どもたちにとっては、クリスマスに冬休みと、お楽しみがいっぱいの月です。元気に過ごせるよう、体調管理には十分気を配っていききたいと思います。

12月の保健行事

- 12月2日(月) 身体測定 (5歳児・4歳児・2歳児)
- 12月3日(火) 身体測定 (3歳児・1歳児・0歳児) ☆爪のチェックも合わせて行います。
- 12月4日(水) 内科健診予備日

11月の病欠状況

溶連菌	1名	クループ症候群	2名
熱	27名	咳	6名
下痢嘔吐	2名	咽頭痛	1名

11月は病欠が例年と比べ減少しました。地域ではインフルエンザやコロナ、マイコプラズマ肺炎が流行しています。風邪に負けない身体を作っていきましょうね!!

感染症の季節を乗り切りましょう!

こんなときは、おうちで様子を見ましょう

インフルエンザやRSウイルス感染症、ウイルス性胃腸炎などの感染症が流行しやすい季節になりました。小さな子どもほど、感染症にかかると進行が早く、重症化するおそれがあります。体調不良のサインを見逃さないよう気を付けていきますね。ご家庭でも子ども様子が「いつもとちがう」があれば相談してくださいね。

前日から……

24時間以内に

- 1 下痢を繰り返す
- 2 おう吐が何回かあった
- 3 38度以上の熱が出た
- 4 解熱剤を飲んだ
- 5 けいれんを止める薬を使った

どれか1つでも当てはまる場合は、症状が治まったかどうかを見極めたり、体力を回復させたりするためにも様子を見ましょう。

薬の働きで症状が抑えられているときに無理をすると、ぶり返す危険があります。

夜間に

6 せきが出たり、ゼイゼイしたりして、あまり寝られなかった

熱が出ていなくても、睡眠不足やせきは体力をうばいます。

朝に……

- 1 体温が37.5度以上
- 2 平熱より1度高い

朝は、通常なら体温が低めです。37.5度を超えている、もしくは平熱より1度高いときは、日中に熱が上がる危険があります。

朝食を食べたら

- 3 吐いた
- 4 下痢した

体の調子が悪くなりつつあるサインかもしれません。

小さな子どもは、体調をうまく伝えられませんが、「いつもとちがう」サインを見逃さないようにしましょう。気になることは、朝、登園時に、職員にご相談ください。

ちょっとした変化も見逃さないで

- 目やにがいつもよりひどい
- 皮膚にポツポツがある
- 元気がない、きげんが悪い
- 顔色が悪い、くまができている

職員手洗い指導

11月の保健保育会議では、流行した病気についての勉強会を行いました。また、手洗いチェッカーを用いて手洗い指導も行いました。職員が正しい手洗いをを行い、子ども達に正しい手洗いを伝えることで、感染症を防いでいきたいです。職員は自分の洗い残しが可視化されたことで、手洗い時の意識付けとなりました。



11月19日に内科健診がありました。予定変更となりご迷惑をお掛けしました。内科健診に向けて、保健室に慣れてもらおうとひよこ組のお友だちに声をかけたのですが、慣れない場所には入りたくない!!と、それも成長のひとつですね。その中でも保健室に来てくれたお友だちは楽しそうに聴診器にも触れ、内科健診ごっこをしました。「お腹もしもしよっか〜」と言うと、電話みたいに「もしもし〜」と聴診器を耳に当てる姿や、お医者さんのまねっこをする姿がとても可愛らしかったです♡





ほけんしどう

手洗い
むし歯・はみがき
職員手洗い指導



今月は、身体測定の前に5分間保健指導として幼児さんに手洗いうがいのお話をしました。登場したのは元気くんとわるこちゃん。元気くんは園庭から帰ってきたら手を洗います。がらがらうがいもして喉もスッキリ。一方わるこちゃんはというと、園庭から帰っても手を洗いません。トイレに行った後も汚れが手についてないからといって手を洗いません。給食の時間になりました。わるこちゃんはまた手を洗わずご飯を食べ始めました。すると、お腹が痛くなって熱が出てきてしまいました。わるこちゃんは何がいけなかったかな？と子ども達に聞くと、「外から帰った時手洗ってない！」「トイレの後も洗ってない！」「目にはみえへんばい菌が手についてるねんで！」と、今までお話ししたことをよく覚えてくれて伝えてくれました。これから寒くなり感染症が流行る時期。しっかり手洗いうがいで、感染症を予防し元気に保育園に来てくださいね♪

手洗い・うがい



手がピカピカになると
気持ちがいいね♪
風邪に負けないように
自分の身体を守りましょう！！



むし歯・はみがき



きりん組さんは、2回に分けて歯の役割や虫歯の成り立ちについてのお話と、歯の磨き方について保健指導を行いました。虫歯にならないように、ご飯やおやつを食べた後はすぐに歯のお掃除をしましょうね。「ぶくぶくうがい」や「歯磨き」をして、虫ばい菌の隠れ家をよく磨いて虫ばい菌をお口の中から追い出しましょう！！

