

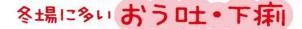
保健だより 1 月号

令和6年 第二よろこび保育園

新しい年度を迎え、身が引き締まる思いです。インフ ルエンザなどの感染症対策に向けて免疫力を高めるた めに、規則正しい生活や栄養バランスのよい食事を心 がけていきましょう。園においても、こまめな換気や加 湿などを行い感染症からお子さまを守ることができる ように努めていきます。

気をつけたい!感染性胃腸炎

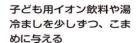
12月は保育中も、嘔吐や下痢のお子さまがみられ ました。突然の嘔吐にも慌てず吐物を処理出来るよう に全職員で勉強しました。共通理解をもって適切な処 理を行い感染防止を行っています。



この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。 ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、お う吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱 はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分 が失われ、脱水症状になると危険です。何よりも まず水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

おう吐・下痢のケア







おしりはこすらずにお湯 で洗い、タオルで軽く押 さえて水分をふき取る

睡眠リズムは小さいうちから

年末年始のお休みで生活リズムが乱れ体 調が整わない時期です。少しずつ規則正し い生活にもどしていきましょう。同じ時間 に食事、入浴、睡眠を行うことが大切で、そ の生活リズムの繰り返しが子どもの脳を育ん てるといわれます。



知っておきたい目のトラブル

先月は「目やにがでて目があきません」「目 をかゆがっています」などと保育士からの声 が多く聞かれました。目はとてもデリケート です。ちょっと触っただけでも、細菌やウイル スが侵入するおそれがあります。目の異常に 気づいたら早めに病院を受診しましょう。

★こんな時は要注意★

目をこする

目やにが増える

まばたきが多い



涙でうるうるする 充血している





0

0

0

0



今年もよろしくお願いいたします

保育室をまわると元気な声であいさつをしてくれる子どもたちです。毎日顔をみていると自然と健康状態が わかってくるものです。大きいクラスの子どもは自分から不調を教えてくれることも多く一日を通して様子を みています。お家の方も、お子さまのいつもと違う様子などありましたらいつでも教えてください。 また、ご連絡先の変更は必ずお伝えください。























