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。

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
まばたきが多い

涙でうるうるする
充血している

目やにが増える

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。