



保健だより

令和6年 第二よこび保育園



一年でもっとも寒い季節になりました。そんな寒さにも負けず、いつも明るく元気に登園してくる子どもたちに私たちも元気をもらっています。周りで流行していた感染症にも負けず元気に過ごしていた子どもたちにも、1月下旬よりインフルエンザが猛威を振っています。お家でいつもと違う様子など見られましたら早めの受診をお願いします。引き続き、対策を行いながら子ども達と一緒に病気にならない体作りを目指します。

手洗い・うがいのやり方が・・・◆◆

保育室やテラスでの手洗いを見ていると寒さのせい或少し雑になっていると感じます。

小さいクラスの子どもたちは、蛇口に手をもっていくとひっこめたり、冷たい水を嫌がり泣くこともあります。小さい頃からの習慣がとても大切になるので根気よく頑張っているところです。大きいクラスの子もたちには絵本や、紙芝居を通して伝えたり、気付いた時は手洗いの必要性を話しながら一緒に手を洗ったりしています。

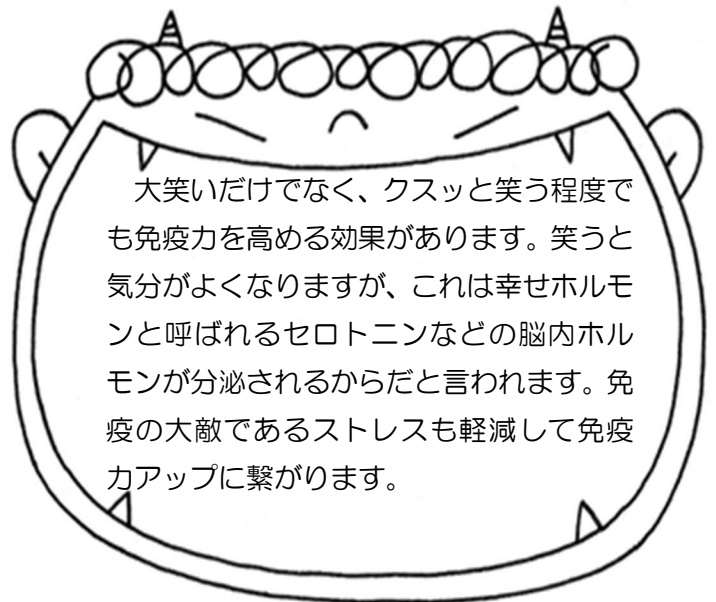
丁寧なうがい手洗いこそが感染症の予防のポイントです！お家でもお声かけをお願いします。



花粉症対策は、症状が出る前に！

くしゃみや、目のかゆみなど、花粉症によるアレルギー性鼻炎は、一度症状が出てしまうと鼻の粘膜がどんどん敏感になり、症状が強く出やすくなってしまいます。初期の段階から病院を受診し、内服薬などで症状の悪化を防ぎましょう。しっかり対応すれば園生活も十分楽しめると思います。

笑うだけで心も体も免疫力アップ！



大笑いだけでなく、クスッと笑う程度でも免疫力を高める効果があります。笑うと気分がよくなりますが、これは幸せホルモンと呼ばれるセロトニンなどの脳内ホルモンが分泌されるからだと言われます。免疫の大敵であるストレスも軽減して免疫力アップに繋がります。

お知らせとお願い



★連絡アプリの入力について★

感染症の流行期より、ご家庭との情報の共有のために連絡アプリを活用しています。園としましては、帰宅後や、登園前の体調などを把握するためにとっても重要なことだと考えます。体調の変化が見られた場合の参考になりますので忙しい朝の入力は大変かと思いますがご協力をよろしくをお願いします。

★与薬依頼書について★

与薬依頼書の用紙が新しくなりました。必要な方は、園のホームページよりダウンロードしてください。情報提供書、または、お薬手帳は必ず**コピー**をされて薬と一緒に職員に**直接渡**してください。

