



天願ほけんだより

1月号

R8.1.6



新年明けましておめでとうございます！

子ども達の元気な声とともに新しい年が始まりました。

長いお休み明けで、お父さんお母さんから離れたくないというお子様もいると思います。そんな子ども達の気持ちに寄り添いながら今年も子ども達が楽しく健やかに園生活が過ごせるよう、精一杯サポートしていきたいと思っております。本年も宜しくお願い致します。

暖かく着るコツ

寒さが厳しくなってきましたが、もこもこ厚着では活発に動けません。上手に衣服を着るコツを押さえれば、薄着でも平気！ 寒さに負けず元気にあそべますね。

薄着であったかのコツ

肌着を着る
(綿100%がお勧め)



重ね着する
(薄手の長そでシャツなど)



襟やそで口が
締まった服を
選ぶ

ズボンの中に
シャツを入れて
体温を逃が
さない

外に出るときはベストや
ジャンパーなどで調節する



かぜの予防をしっかりと

かぜのウイルスは冬の寒さと乾燥が大好き。そろそろ流行が気になります。日ごろから予防を心がけて、元気に冬を過ごしましょう！

かぜ予防6か条

- 1 うがい、手洗い
- 2 汗をかいたらすぐ着替え
- 3 バランスのよい食事
- 4 部屋の換気と加湿
- 5 規則正しい生活リズム
- 6 人込みを避ける

その症状

水ぼうそうかも

- 37～38℃くらいの発熱
- 顔、体幹、頭部にも赤い発しんがある
- かゆみの強い水ぼうが次々にできる



発しんの出方には個人差があり、特にアトピー性皮膚炎があれば、ひどくなる場合もあります。発しんが見られたら、医師の診断を受け、許可を得てから登園してください。

昨年は感染症が流行することもなく元気いっぱい園生活を楽しむことができた子どもたち。県全体にインフルエンザ注意報、中部保健所管内にインフルエンザ注意報が発令されています。警報は出ていません。

また、水疱瘡も増加傾向にあるため感染予防にご注意ください。

※「手洗い」「咳エチケット」「換気」等は、感染予防としても重要です。日頃より子どもたちへ習慣づけ継続できるようにしましょう。

2026年も子どもたちの元気いっぱいの声が響きわたる天願こども園になるよう、職員をはじめ子どもたちの健康管理に努めたいと思います。

今年もよろしくお願いします。