



こども園ほけんだより

12月号 R3. 12. 1



早いもので年の瀬を迎え、何かと慌ただしい12月。子どもたちにとっては、待ちに待った、楽しいクリスマス！お楽しみがいっぱいの月！ですが、新型コロナウイルスの影響や、冬に多い感染症(インフルエンザやノロウイルスなど)が流行する時期でもあります。3密を避け、うがい手洗い、マスク着用などの感染対策をしっかりと行い、元気いっぱいの笑顔で一年を締めくくりたいものですね。

油断できない **かぜ**

かぜは年齢が低いほど、中耳炎や気管支炎、肺炎などを起こしやすくなります。気管の弱いお子さんの場合は、のどがゼーゼーしたり、長引いたりする傾向があります。早めに診察を受けましょう。

冬のかぜによくある特徴

せき・鼻水・
のどの炎症・
発熱

呼吸器系にくるかぜ

下痢・おう吐

消化器系にくるかぜ

両方の症状

インフルエンザの疑い



発熱後の登園について

熱が出ると体力が奪われて、体は一時的に弱った状態に。熱が下がってもすぐに登園せず、1日は家庭で様子を見ながら、安静に過ごさせてあげたいですね。また、朝、薬を飲んで登園したときは、忘れずにお知らせください。薬の種類によっては、眠気を催すものもあるので、園でも注意してまいります。よろしくお願いいたします。



体調を崩し保育中にお熱が上昇する子が増えています。感染拡大予防のためにも、38度以上の発熱、食欲がない、ぐったりしているなどの症状が見られる場合には早めにお迎えして頂けるようご協力宜しくお願いします。また、内服に関しては基本的にご家庭での投薬をお願い致します。やむを得ず園での投薬が必要な場合はほけんのしおりをご参考下さい。

健康な体づくりでかぜを予防しよう！

朝夕の冷え込みが厳しくなりましたが、日中はまだまだ日差しも強く、一日の寒暖差が激しいためかぜをひきやすい季節です。活動中は汗をかくほど元気な子どもたちが自分で調整できるよう、登園時には、着脱しやすい服装での登園をお願いします。厚手の服を一枚着るよりも、肌着と薄手のTシャツなどの組み合わせを着ることで 保温性が高く機能的で、活発な子どもたちには最適です。

また、うがい・手洗いは かぜ予防の基本です。園では手指消毒やうがい・手洗いを励行しています。ご家庭でもうがい・手洗いと共に規則正しい生活習慣(早寝・早起き・朝ごはん)で、ウイルスを寄せ付けない強い体づくりをしていきましょう。

