



# こども園ほけんだより

1月号

R4.1.6

あけましておめでとうございます。年末年始のお休みはご家族でゆっくり過ごせた事と思います。新年を迎え、気持ち新たに、子ども達一人一人の健康管理に努め、園生活が楽しく過ごせる為にも、精一杯サポートしていけるよう努めていきたいと思っております。今年もよろしくお願い致します。

## 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

## 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

## ～お知らせ&ご協力願い～

● 昨年末から新型コロナウイルスの感染拡大傾向がみられるため、園でもより一層感染予防対策に努めて参りたいと思っておりますのでご協力お願い致します。

- ☆ 手洗い、手指消毒、マスク着用などの感染予防を徹底してください。
- ☆ 不要不急の外出自粛にご協力ください。
- ☆ 園児、ご家族に発熱や風症状がみられる場合は可能な限り家庭保育のご協力をお願いします。
- ☆ 下記に当てはまる場合は必ず園へ連絡ください。

- ・ 園児やご家族の感染が判明した場合
- ・ 園児やご家族が濃厚接触者に特定された場合
- ・ 園児やご家族がPCR検査の対象者となった場合

● 4月よりほけんだよりでお伝えしていますが、再度投薬についての注意事項の確認をお願いします。

お薬は名前を記載して1回分ずつに分けて当日分のみ持参してください。お薬の説明書、「投薬依頼書」を持参し、必ず職員に手渡し、または、お薬箱へ入れて下さい。（連絡なくかばんの中にある場合でも投薬できません）

☆ 上記要件の一つでも不備があった場合は与薬を実施出来ません。事故防止・健康管理に関する重要事項ですので、ご了承下さい。

**沖縄県中部接触者**  
**PCR検査センター(ドライブスルー)のご案内**  
 場所: 沖縄県総合運動公園 / 費用: 無料  
 検査対象: 陽性者との接触(乳幼児でも検査可能)  
 結果: 翌日18時以降に報告  
 予約について: <https://okinawa-pcr-kensa.com>  
 お問い合わせ: 090-3871-8305/090-3871-8306