

紅葉がきれいな季節になりました。木の葉や木の実を拾ってお散歩するのもいいですね。木は根か ら吸い上げた水分を葉から蒸発させ、空気が乾燥する冬は、今まで通り蒸発させていると水分不足に

なるので、それを防ぐために葉を落とすそうです。

人間も同じように、冬の寒く乾燥する時期は、ちょうどよい服装を選んで冬支度をしましょう。冬 は夏よりも汗の量は減りますが、新陳代謝の活発な子どもたちは冬でも厚着をしてしまうと汗をかき、 汗で体が冷えるので風邪をひく原因になります。寒いときは薄手の上着を重ね、冬でも水分補給はこ

まめにするようにしましょう。



水痘•••1名

10月は運動会や芋ほりなどの行事 があり季節の変わり目でもあったの で、体調を崩すお子さんが増えない か心配していましたが、大きな感染 症の報告は少なく1カ月を過ごすこ とができました。

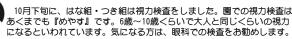
近隣の市で水痘が流行していとの 報告があります。1-2日で増える 発疹がみられる場合は病院受診をお 願いすることがありますのでご協力 よろしくお願い致します。

- ○保健指導『手洗い指導』
- ことり組・・・ 13日 はな組・・・ 14日 つき組 ・・・ 16日
- 0 歳児健診・・・ 16日 14:30~ (秋の健診未受診)
- ○身体測定 ・・・ 20~24日

11月の保健指導は『手洗い指導』です。感 染症の予防の基本は手洗いとうがいです。5 月にも手洗い指導をしましたが、秋~冬にか けて感染性胃腸炎やインフルエンザが流行し てくるので、正しい手洗いの方法を見直しま しょう。









に発達すると言われています。 その間に何らかの原因でしっか り見えない状態になると、見る 力は発達しなくなり、本来ある べき視力よりも低いままになる

・首を傾げてものを見る ・テレビなどに近づいて見る` ・近くでの作業にすぐ飽きる ぶつかったり転んだりしやすい



ュ

(0)

め

になるのを防ぐことができます。

どれくらい続くの?

接種した日(2回接種の場合は2回目)の2週 間後から約5カ月間、効果は続きます。



打てばいい?

インフルエンザは、だいたい12月から3月ごろに流行し、ピークは1月から 2月です。予防接種の効果が出てくるまでに2週間ほどかかるので、12月中 旬までに打ち終わるのがいいと思います。

気をつけて!! 感染性胃腸炎



ウイルスや細菌などに感染して起こる胃腸炎の ことです。子どもに多いのは、ロタウイルス、ノ ロウイルスによる胃腸炎で、11月~3月ごろに 多くみられます。

せっけんを使った手洗いや、生活リズムを整え て体力をつけることが、予防につながります。



- ●吐き気・おう吐 ●下痢・腹痛
- ●37℃台の発熱
- ●おう吐や下痢に伴う脱水症状(皮膚・くちびる: の乾燥やおしっこの減少に注意しましょう) ☆感染から症状が現れるまで、1~2日間の潜伏・ 期間があります。



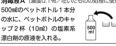
感染者の便や吐いたものにはウイルスが含まれ、 ほかの人への感染源になるので、正しく処理する ことが大切です。



吐いたものや汚れた衣類を処理するには

- ●ペーパータオル (汚物をふきとる) ●ビニール袋 (大きめ)
- ●使い捨てのビニール手袋、マスク、エブロン ●ベットボトル (500ml、2 ℓ) ●バケツ
- ●タオル ●塩素系消毒剤(市販の塩素系漂白剤)

消毒液 Δ (濃度0.1%/叶いたものの処理に使用) 500mlのペットボトル 1 本分



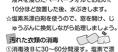
消毒液B (濃度0.02%/汚れた衣類の消毒に使用) 2 0 のペットボトル 1 本分の 水に、ペットボトルのキャッ プ2杯 (10㎖) の塩素系漂

白剤の原液を入れる。



叶いたものの処理方法

①ビニール手袋、マスク、エブロンをつけ、 ペーパータオルで、汚れている部分の外 側から内側に向けて静かにふき取ります。 ふき取ったペーパータオル、手袋、エブ ロンなどは、すぐにビニール袋に入れ、 消毒液Aをかけ、密封して捨てます。 ②ふき取った後の床とそのまわりを、消毒 液Δを浸したペーパータオルでおおい。 10分ほど放置した後、水ぶきします。 ☆塩素系漂白剤を使うので、窓を開け、じ



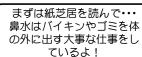
白できないものは、85℃で1分間以上 熱湯消毒します。 ②ほかのものと分けて、最後に洗濯します。











10月の『鼻のかみ方』指導で鼻のかみ方の練習をしました!(^^)!

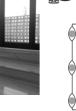
ことり・はな・つき組では 全員片鼻ずつ、片方の鼻を押 さえて、丸めたティッシュを 月印のテープのところまで飛 ばすゲームをしました! 「鼻かみ名人」に選ばれた お子さんもいます(^ ^)

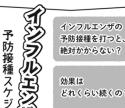
★ティッシュと目印があれば できるゲームなので家でも復 習してみてください★











いつごろ

