



平成 31 年 2 月号 あおぞら保育園

朝晩寒い日が続きますが、2月3日は節分、そして2月4日は立春と、春はそこまで近づいています。すでに花粉も飛び始めてきましたね。

子どもたちは、元気いっぱい外遊びに出かけて行きます。乳児さんは、お散歩にでかけて沢山歩いています。幼児さんは、園庭に出て、ドッジボール、縄跳び、マラソンなど色々なことに一生懸命挑戦して体を動かしています。丈夫な体をつくって、寒い冬を元気に乗り切りましょう。

・・・1月の感染症・・・

- インフルエンザA型・・・13名
- 感染性胃腸炎・・・9名
- 溶連菌感染症・・・2名
- りんご病・・・2名

・・・2月の保健行事・・・

- ★0歳児健診・・・5日 14:30～
- ★歯磨き指導・・・7日はな
・・・8日ことり
・・・27日つき
- ★身体測定週・・・12日～15日



お知らせ



★感染症情報は、ブックラウンジ前のモニター画面で表示されます。随時更新しますのでご確認ください。

★今月に入ってからも感染性胃腸炎の発症がありました。集団生活は、子ども同士の接触が多いところですので、ヒトからヒトへ飛沫感染や接触感染する可能性が高くなります。園で嘔吐が発生した場合は、子どもたちをすぐに別室へ移動させて飛散した可能性のもの全てを消毒しています。衣服等に付着した物はそのまま返却しますのでご理解・ご協力をお願い致します。また、食事中に発生した場合は、食事を破棄して新しいものに交換し感染拡大防止に努めています。

★インフルエンザA型の発症がみられ始めました。37.5℃の平熱でも診断されています。羽村市内の小学校や中学校では相次いで学級閉鎖となり感染者は増えているようです。家族内で感染する可能性も高いので、ご家族の中で罹患されている方がおられましたら保育園にお知らせください。尚、インフルエンザに罹患されている方の送迎はお断りしていますので、やむを得ず送迎される場合は、事務所にお声かけください。

★りんご病が11月末から現在までに都内～西多摩地域を中心に流行しており、患者報告数が都の警報基準を超えたため、東京都感染情報センターより注意喚起がありました。症状としては、両頬の赤味に加え両腕、腹部、太ももあたりにレース状の発疹が出現します。入浴や体が温まると再発する場合があります。妊娠20週前後の妊婦さんは母子感染にご注意ください。事務所前に設置してありますマスクや手指消毒用アルコールをご利用ください。

＊乾燥・低温の環境は、まだまだウイルスが大好きな季節です。手洗い・うがいをしっかりとしましょう。

◆親子でスキンシップ◆

お子さんとのスキンシップはどのようにしていますか？

「あなたはかけがいのないものよ」「あなたの存在が大好き」と思いを言葉で表現することが大切です。でも、少し恥ずかしい時もありますよね。その時は、スキンシップがとても有効な方法です。「ぎゅー」と抱きしめたり、ハイタッチや手遊びなどがあります。

皮膚と皮膚が接触した時には、低い周波数の振動成分が生じており、それが脳にも「心地よさ」として影響します。例えば、「なでる」行為は、クラシックを聴いたり、ろうそくの灯りを見たりするときに感じる穏やかさやリラックスさせるのと同じ効果があり、親が子どもの肌に触れることで子どもへの愛情はどんどん深まっていきます。

いつでもどこでもできる簡単な指遊びを紹介します。

～ゆびの散歩～



＊遊び方＊

- ①大人と子どもの人差し指をぴったりと合わせます。
- ②大人がリードしながら指が離れないようにゆっくり動かしていきます。「ママの指が離れないようにくっついてきてね～」など声をかけながら。
- ③子どもの人差し指は大人の指から離れないように頑張ってください！！

◎相手の気持ちに合わせることや力の加減を身に付けることができます。目を閉じてチャレンジしても面白いですね。幼児は、リードする役を交替してもOK。



★歯磨き指導★

3.4.5歳児を対象として歯磨き指導を行います。今回は、歯を赤く染め出して歯垢の確認をしますので当日の朝は、ブラッシングを忘れずをお願い致します。

色素は、食品にも使用されている成分です。使用の際に、舌や唇が赤く染まり、色が落ちるまで少し時間がかかることがあります。また、衣服に付着すると落ちにくいことがありますので汚れても良い服装で登園してください。

鼻づまりを少し楽にする方法

- 鼻がつまると、頭が痛くなったり、ぼーっとして集中できなくなったり…
- つらい鼻づまりを楽にするポイントは、「温める・湿らせる」です。
- 温める**
お風呂より少し高い温度のお湯にタオルをつけ、よくしぼってから鼻全体を包み込むようにあてましょう。鼻の粘膜の血行がよくなり、鼻づまりが少し改善されます。
- 湿らせる**
鼻の通りを良くするには、鼻の粘膜を適度に湿らせて、乾燥させないことが大切。加湿器がない時は近くに濡れタオルを置くなど、工夫しましょう。
- 鼻がつまった状態が長く続く場合は、病院で診てもらいましょう

花粉症の人も そうでない人も

からだの中に入って来た花粉を敵とみなした免疫力が、過剰に反応するのが花粉症です。くしゃみや花粉を飛ばしたり、鼻水や涙で洗い流そうとします。これまで花粉症ではなかった人も、大量の花粉に出会うと、花粉症になる可能性があります。

花粉を避けるためにできることは？

- 帽子**：頭につく花粉の量を減らします
- メガネ**：目に入る花粉の量を減らします
- マスク**：鼻や口から吸いこむ量を少なくします
- 室内**に入る時は花粉を十分に払ってから入ります
- 外出**するときは花粉のつきやすい毛織物の上着は避けず
- 洗顔**：顔についた花粉を洗い流します
- うがい**：鼻からのどに流れた花粉をとりのぞきます