



ほげんだより

2023. 2. 1
あおぞら保育園

うさぎ組

ブクブクうがい&手洗い



2023年がスタートして早いもので1カ月。新型コロナウイルスのニュースを見ない日は無く、引き続き警戒をしながらの日々が今後も続きそうです。そんな状況の中でも、日々成長を見せる子どもたちの姿が頼もしく感じられます。感染対策へのご協力をお願いする中ではありますが、引き続き子どもたちを見守っていきたくと思います。まだまだ園内は、感染性胃腸炎が流行中です。

からだを作るポイントは、「早寝早起き・バランスの良い食事・適度な運動」です。毎日、心がけて元気に過ごしましょう。

1月の感染症



- 感染性胃腸炎・・・10名
- 水ぼうそう・・・1名
- 突発性発疹・・・1名

*新型コロナウイルスの感染が流行しています。今回の初期症状で最も多かったのが嘔吐です。胃腸炎との区別がつきにくい状況ですが、いつもと体調が違うときは受診をお願いいたします。次に多かった初期症状は、「発熱して1~2時間後に解熱する・鼻水のみ・無症状」でした。
ご心配・ご迷惑をおかけいたしますが、お子さんの健康管理を引き続きよろしくをお願いいたします。

2月の保健行事

- 6日~10日 身体測定週
- 9日(木) 歯磨き指導 つき
- 16日(木) 0歳児健診 14:30~
- 13日(月) 歯磨き指導 はな
- 20日(月) " ことり



☆感染性胃腸炎が流行中!!☆

※毎年10月~2月にかけて感染性胃腸炎が流行します。感染力が非常に強いため、下痢や嘔吐が園内で発症した翌日には、あっという間に子どもや大人にも感染拡大するのが特徴です。更なる集団発生を防ぐため、ご自宅で嘔吐・下痢の症状がありましたら登園を控えていただき、受診をお願いします。その際、感染性胃腸炎が流行している旨をお伝えください。診断がつかましたら、保育園へご連絡をお願いします(お腹の風邪も登園届が必要です)。



もう花粉が飛んでいます

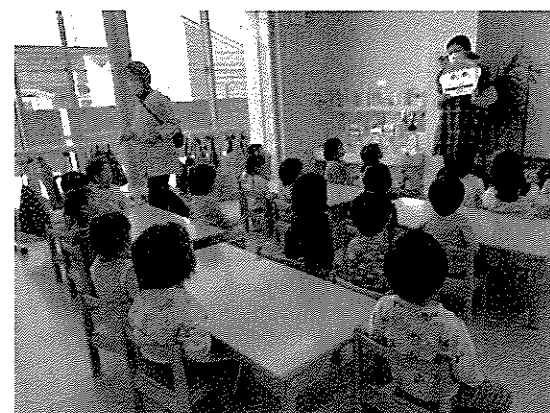


今年の関東地方は、2月上旬から花粉が飛び始めます。花粉がよく飛ぶ日は、晴れて気温が高い日、前日の雨が降った日、乾燥して風が強い日です。花粉症状が始まる前に内服しましょう。花粉めがねの装着による子どもの怪我が増えていますので、めがねの持参については事前にご相談ください。アレルギー生活管理表をご提出されている方は、薬のお預かりが可能です。かかりつけ医で受診をしていただき、事前に看護師と相談の上お預かりいたします。

かぜかな? 花粉症かな?



かぜ	花粉症
それほど続けては出ない	くしゃみ 何回も続けて出る
ねばり気があり、色もついている	鼻水 透明でさらさらしている
ほとんどない	目の症状 かゆみ、充血、涙が出る
37度以上の発熱	熱 ほとんどない
とくになし	遺伝性 家族にアレルギー体質の人がいる
短期間(1週間程度)で治る	発症の時期 花粉が飛んでいる時期は症状が出る
変化はない	天候 症状に変化がある



はみがきが嫌いな「けんちゃん」が登場し、食事や甘いお菓子を食べたあともはみがきをしません。すると、お口にはいきまんがたくさん現れて……。歯磨きとブクブクうがいの大切さを伝えました。背中をピンと伸ばしてお話を聞くのがとても上手でした。

ブクブクうがいは、初めは水を口に含むことができず飲んでしまったり、「ベッ」と水を吐き出すことができませんでしたが、何回か練習するうちに8~9割ほど出来るようになりました。ご家庭でも練習をしてみてくださいね。

口周りの筋肉を和らげるために、あっぷっぷーと頬を膨らませてから、頬の膨らみを「プーっ」と両手で押します。遊びながら行うと子どもたちもニコニコしながら何回もやってくれました。

最後に手洗いの手遊び歌をうたって終了です。初体験のミニ保健指導は、楽しんでくれた様子でした。



手洗いの歌♪
親指を立てて
「親指洗い」



手洗いの歌♪
「あおむしポーズ」を
しています。



お家で、ブクブク
うがいの練習したよと
教えてくれました。

「あっぷっぷー」と頬を
膨らませてから、両手で「ぶ
っ」と押し出します。



お水を少し
口に含みます。



みんな一緒に
「ブクブク..
ブクブク..」

「ブクブクうが
いできるよ」



【健康観察期間中のポイント】

- 微熱や明らかな発熱、咽頭痛、鼻水、鼻詰まりなどの感冒症状
 - 下痢や嘔吐
 - 咳・声のかすれ、息苦しさ、痰がらみなどの呼吸器症状
 - 倦怠感、顔色や表情がいつもと違う
 - 充血や目やに
- 以上の症状が見られましたら受診をお願いします。

平日夜間急患センターで発熱の診療を再開します

- 新型コロナウイルス、インフルエンザ一体型抗原検査キットを使用し、発熱の診療を行います。
- 電話予約が必要です(混雑時は繋がりにくくなる場合があります)。
- 保険証を必ず持参してください。
- 車内で抗原検査を行いますので、自家用車で来てください。自家用車で来院できない方は、相談してください。

平日夜間急患センター

所在地 緑ヶ丘5-1-2
診療日 月・木・土曜日
診療時間 午後7時~10時
(受付...午後9時20分まで)
予約受付...午後9時10分まで
電話対応...午後9時45分まで
診療科目 内科
☎ 555-9999

広報はむら 2022/12/15号より