



1月のほけんだより



新年あけましておめでとうございます。年末年始のお休みはいかがでしたか？コロナ感染対策は引き続き注意して、体調管理に努めていきましょう。健康な体は正しい習慣から。気持ちも新たに園生活スタートへのリセットに努めて頂き、健康管理に留意しましょう。

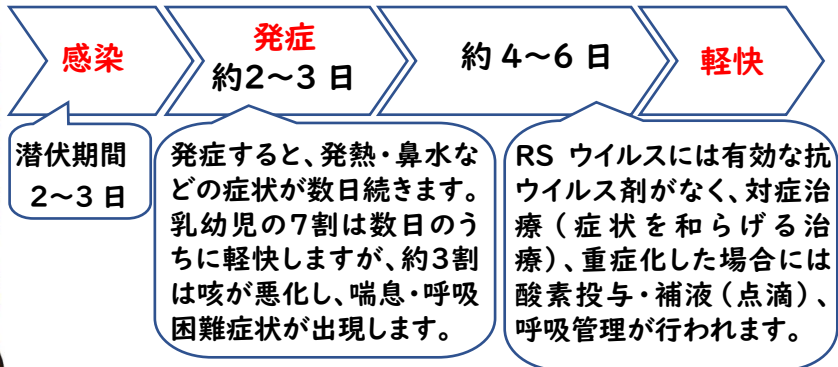
家族みんなで ガラガラうがい

かぜの予防に大切なうがいですが、習慣づけるのはなかなか大変です。まずはお父さん、お母さんが やってみせるのがいちばん！外から帰ったらすぐ「一緒にやろう」とお子さんを誘ってみてください。みんなで ガラガラすれば、かぜなんかこわくない！小さい子は口に水を含んで「ペツ」と吐き出すだけでも効果があります。ガラガラうがいの前に♪あわあわてあらいの歌♪で手洗いも忘れずにね！



RSウイルス感染症

◆RSウイルスに感染すると



◆感染を防ぐためのポイント

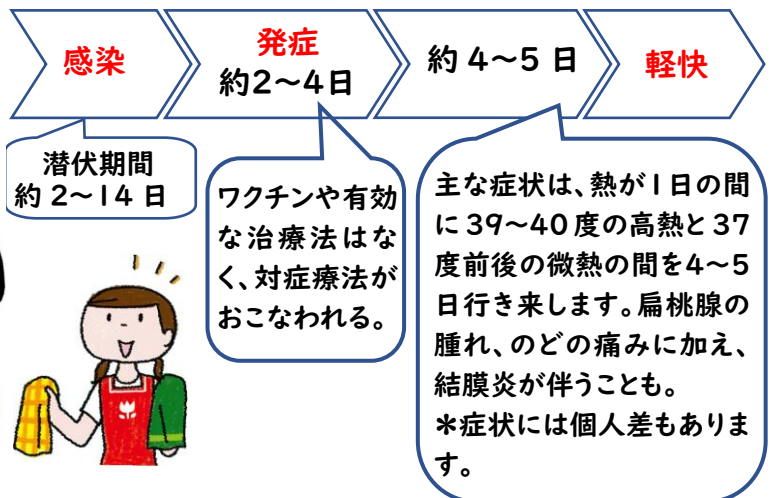
*RS ウイルスに感染している人の咳やくしゃみ、または会話をした際の飛沫で感染します。感染の多くは、この「飛沫感染」によると考えられ、ドアノブなどの表面についたウイルスへの接触により、鼻と口などの粘膜や傷口などを通して感染する「接触感染」もあります。

こまめなうがい・手洗い、人が多く集まる場所ではマスクを着用する。



アデノウイルス（咽頭結膜熱）

◆アデノウイルスに感染すると



◆感染を防ぐためのポイント

*感染力が強いため、タオル等の共有は厳禁である。

また、アデノウイルスは乾燥に強いことから手洗い・うがい・手指消毒をこまめに行い、使用した玩具やトイレ等もこまめに消毒を行う。

発熱後の登園について

昨年のコロナ禍以降お迎えの基準は、37.5℃以上となっていますが、引き続き体調面の変化にも留意し、家庭への連絡となります。又、登園の目安は平熱に戻りそこから24時間経過している事、食欲や顔色、表情などを観察し、体が回復してからの登園です。
※飲み薬や座薬の解熱剤を使用しての登園は出来ません。解熱剤は一時的に熱を下げる薬で、回復させるものではないので朝早くに服用したり、座薬を使うと、正午頃から、熱が上がっていきます。

