



社会福祉法人春献美会いずみ保育園 令和8年2月号

2月は一年の中で最も寒い時期です。体が冷えると、風邪をひきやすくなったり、体が縮こまって思わぬケガをしたり、やる気が出なかったり…。保育園では、縄跳びや追いかっこ等で少し走ったりして体を温め、元気に過ごしています！

この時期は、インフルエンザなど冬に流行りやすい感染症もあります。外で体を動かした後は、手洗い・うがいを丁寧におこない、冬を元気に過ごしていきたいですね。

ぞう組さんへお知らせ

MR（麻疹・風疹混合ワクチン）の接種は、3月31日までです。忘れずに接種しましょう。



花粉症の症状が出始める時期になりました。花粉症用メガネは花粉から身を守る便利なアイテムですが、視界の遮りや、メガネのフレーム部分の張り出しがあり、顔に怪我をするなど思わぬ事故につながる可能性があります。当保育園では安全のために花粉症用メガネはお預かりしていません。症状のあるお子さんは、早めに受診して治療を開始しましょう

2月の保健目標

- ・生活リズムを整える
- ・寒さに負けず元気に遊ぶ

2月の保健行事

20日（金） 乳児健診



風邪かも

安静にしてしっかり休みましょう。数日経っても症状が改善しないときは病院へ。

花粉症かも

病院で診断を受けましょう。服薬で楽になることがあります。

風邪ひきさんにオススメの3STEP

- 1 食欲がなくても水分補給だけはしっかりする
- 2 寒気がある場合は体を温める
- 3 十分な睡眠をとって体を休ませる

花粉症さんにオススメの3STEP

- 1 帰宅時は玄関で服を払い、手洗いや洗顔で花粉を洗い落とす
- 2 予報で花粉の飛散が多い日は必要以上の外出は避ける
- 3 ツルツルした素材の服やメガネ、マスクで花粉をつけない