

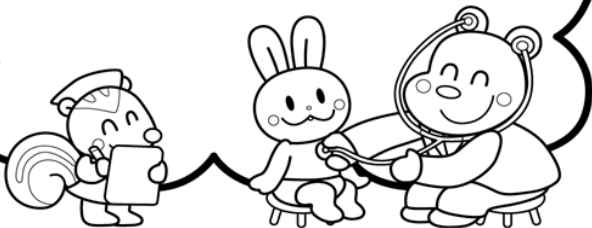


令和7年2月3日発行
なかのしまのぞみ保育園

寒いからといっておうちの窓を開け切っていませんか？長い時間換気をしないと室内はウイルスや二酸化炭素や埃で汚れてしまいます。寒くてもこまめに換気を行い、空気の入替えを心掛けましょう。

1月の園児の感染症状況についてお知らせします。1月は熱や保育中嘔吐してしまうお子様が数名いましたが感染症の報告はありませんでした。近隣ではインフルエンザや新型コロナウイルス感染症の報告が聞かれていますので、引き続き体調管理には十分注意して下さい。

2月の園医健診予定
全クラス対象です
2月19日(水) 14時～



～嘔吐や下痢症状がみられた時の登園のお願い～

冬はウイルス性胃腸炎が流行する季節ですので、嘔吐・下痢症状がみられましたら登園はお控えいただき受診のご協力をお願いします。

また、受診後は食事がいつも通りに摂取出来ていること。メニューとしては給食と同じメニューが食べられ、食後に下痢症状がみられないことを必ず確認してから登園をお願いします。

また、園では突然の嘔吐などで胃腸炎症状が疑われる場合、1回の嘔吐や下痢でもお迎えの連絡をすることがありますので、状況に応じてお迎えのご協力をお願いいたします。

吐いた!

おう吐時のケア、知っておきましょう

1 吐いたものを口から取り除く

口の中に吐いたものが残っていると吐き気を催すことがあります。うがいさせたり、ぬらしたタオルで口の中をぬぐったりして、口の中をきれいにしましょう。



2 静かにさせて、様子を見る

安静にさせて様子を見ます。寝かせる場合は、吐いたものがのどにつまらないよう、横向きに。



3 1時間以上してからスプーンで水分をとらせる

吐いた直後に水分をとらせると、また吐いてしまうことがあります。水分を飲ませるときは、様子を見て、顔色がよくなり吐き気が治ったら、スプーンで水やお茶などを少しずつとらせましょう。



2~3月は、花粉症のシーズンです。花粉症の症状は風邪と紛らわしく、子どもは症状をうまく言えません。鼻水が気になるときは小児科や耳鼻科で相談するようにしましょう。園でも鼻水症状が見られるときはその都度お伝えしていきます。

子どもの花粉症について

こんなサインに 注意

大人の病気と思われがちですが、5~9歳では13.7%、10~19歳では31.4%もの子どもが花粉症だというデータがあります。花粉症の症状があっても、熱がないなら大丈夫、と油断しがちですが、花粉症の症状がずっと続くと不快だけでなく、さまざまな問題を招くおそれがあります。

花粉症の 三大症状

くしゃみが出る

鼻水・
鼻づまりが
続く

目を
こする

● 口をいつも開けている

しつこい鼻づまりのために、口呼吸になります。乾いた空気が口から喉に入るため、風邪などをひきやすくなるおそれがあります。

● なかなか寝ない

● 日中元気がない、きげんが悪い

息苦しさのために、よく眠れなくなります。そのため、昼間に元気に遊べなかったり、きげんが悪くなったりします。小学生になると、授業に集中できないなどの問題が起こってくることも。



花粉と接する機会を減らそう

花粉症対策は、花粉に触れないようにすること。花粉に接する機会が多いほど、花粉症になる可能性が高くなります。花粉が増えるシーズンは、治療と予防をかねて、身の周りの花粉との接触を減らしましょう。



花粉を家に持ち込まないために

外干ししない

花粉が多く飛ぶシーズンは、洗濯物を外に干すのを控えましょう。

玄関で脱ぐ

外から帰ったら、コート類は玄関で脱いでつるすなど、室内に花粉を持ち込まないようにしましょう。

服からも取り除く

衣類をはたくと、花粉が舞い散って逆効果です。粘着テープなどで取り除く、花粉がつきにくいツルツルの素材の上着を選ぶなどがおすすめです。

1月の健康教育（幼児対象）

1月は「自分の身体や健康にまつわることを楽しく学ぼう！」というテーマでけんこうかるたに挑戦してみました。たいが組では札を読みたい子には読み手にも挑戦してもらいました。ののほな組は初めての体験だったので難しかったかもしれませんが字が読める子は字を見て、難しいお友達には絵を見て頑張って取っていました。食べたら歯を磨こうや爪をチェックしよう、朝ごはんを食べよう、廊下は走らないなど覚えてくれたと思います。日々の生活で出来るようになるといいですね。

ききゅう組は今月時間の調整が難しかった為、2月に行く予定です。