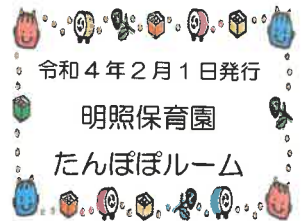




2月のほけんだより



令和4年2月1日発行

明照保育園

たんぽぽルーム

気温が低く乾燥した日が続いています。そんな中、寒さに負けずに雪遊びを楽しむ子どもたちの姿が見られます。子どもたちの元気な笑顔はきちんとした体調管理ができてこそ生まれるものです。免疫力アップのためにも生活リズムを整えましょう。

感染症もまだまだ流行っているので、手洗い・うがいをしっかりおこない、予防に努めましょう。

～おなかの症状で、お休みの園児が増えています～

3歳未満児の中で、嘔吐や軟便などの腹部症状のある子が増えています。病院で登園許可が出て、**機嫌が悪く食欲がない・水分摂取が難しい場合**や、**うんちの硬さが普通**に戻るまでは、無理に登園せず自宅で様子をみましょう。

下痢をした時は…

便の状態を確認します。色、固さ、血液が混じっていないかなどをチェックし、受診する時に説明できるようにします。便の写真を撮り、医師に診てもらうのもよいでしょう。



下痢の時の食べ物

おかゆ、うどん、野菜スープ、バナナ、りんごのすりおろしなどが適しています。生野菜や、柑橘系の果物、バターが多いパン、油っこい物、食物繊維が豊富なキノコや海藻は避けましょう。



子どもは胃腸が未熟なので、よく下痢になります。ノロウイルスやロタウイルスを伴う下痢は、周囲への感染を防ぐため、迅速に処理しましょう。

吐いた時は…

子どもは少しの刺激でも吐くことがあります。吐いた時は嘔吐物が気道に詰まって窒息しないよう、子どもの頭と体を横に向けて寝かせます。次に、口の周囲をきれいにし、嘔吐物の内容を確認します。受診する時に、しっかり伝えられるようにしましょう。その後、体温を測り、顔色や呼吸の状態などをチェックします。うがいができる年齢の子どもなら、うがいをさせ、衣服が汚れていたら取り替えてあげましょう。水分補給は吐き気が治まるまでは控え、子どもが水分を欲しがるようなら、経口補水液を少量ずつ飲ませてみましょう。



冬のあせも・とびひに注意

あせもやとびひは夏だけではなく、最近は、厚着や暖房であたためすぎて、冬になる子も増えています。床暖房の部屋に寝かせたらあせもができた、という例もあります。冬の肌は寒さで血行がよくないため、湿しみが治りにくいと言われますので、早めに受診しましょう。

予防

- 厚着をさせない
- 室温の調節をこまめに
- 汗をかいたらふき、着替える
- 毎日入浴して肌を清潔に

小さい子は特に、背中にふれて汗をかいていないかまめにチェックしましょう



3歳以上児の皆さん

マスクをしましょう!

横手保健所管内の新型コロナウイルス感染の拡大が続いております。いつ・どこで感染してもおかしくない状況になっています。

以前より園内への出入りの際は、マスク装着をお願いしております。保護者の皆様の中でも、装着せず送迎される場合がみられます。

今一度、ご協力よろしくお願ひいたします。
※通園バックに、予備のマスクを2~3枚用意しておきましょう。

ウイルスを 持ち込まない・持ち帰らない