

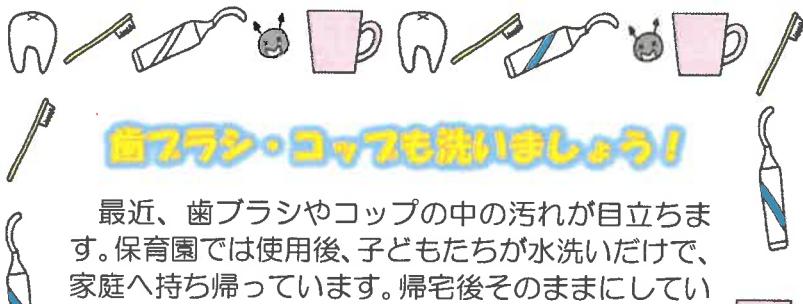


## 2月のほけんだより

令和5年2月1日発行  
明照保育園  
たんぽぽルーム

子どもは風の子！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ね。

一般的に1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。感染症もまだまだ流行しているので、手洗い・うがいをしっかり行い、予防に努めましょう。



### 歯ブラシ・コップも洗いましょう！

最近、歯ブラシやコップの中の汚れが目立ちます。保育園では使用後、子どもたちが水洗いだけで、家庭へ持ち帰っています。帰宅後そのままにしていませんか？歯ブラシ・コップはお箸やお弁当箱・おしほりと一緒にします。

毎日、洗浄し乾燥させてから持たせましょう。

※歯ブラシは定期的にかえましょう。



### 爪はきれいかな？



子どもの爪は柔らかく、伸びていると、手袋をした時に引っかかったり、折れたりしてけがの原因に。また、お友達を傷つけてしまうこともあります。

おうちで定期的に切ってくださいようお願いします。



### インフルエンザが流行期に入りました！

1月12日、秋田県の発表で約3年ぶりに【インフルエンザ】が流行期に入りました。

小児や高齢の方、免疫力の低下している方が罹患すると、肺炎や脳症の併発など、重症化する場合もあります。今後の発生動向に注意し、手洗い・うがいの徹底、咳エチケットなど感染予防に努めましょう。

※新型コロナウイルスとインフルエンザの初期症状は似ています。風邪症状が出た場合、「ただの風邪だろう。」と自己判断せず、できるだけ受診をしてから登園してください。保育園での感染拡大を防ぐためにも、ご理解・ご協力をお願いします。

### ① 1月に発生した感染症は、ありませんでした。

2月は小正月行事のかまくらやぼんでんがありますね！  
寒さ対策をして、楽しみましょう!!



### 秋冬のスキンケア 3か条

秋冬の乾燥した空気は、デリケートな子どもの肌には大敵。放っておくと、かゆかゆ、かさかさになってしまいます。「こまめに、丁寧に」日常的なケアをしてあげてください。

#### ① たっぷり保湿

保湿剤は、おふろ上がりには必ず塗りましょう。肌に湿り気があるうちに使うと、角質層に水分を閉じ込められるので効果的。



#### ② 清潔を保つ

顔に汚れなどが付いていたらきれいにふいて。おふろではごしごしこらず、せっけんを泡立てて優しく洗います。

#### ③ 刺激を少なくする

直接肌にふれる衣類は綿素材がお勧め。ポリエステルなどの合成繊維は静電気を起こしやすいため、皮膚を刺激してかゆみのもとに。

