



# ほけんだより

## 11月

文責：福田

朝夕の冷え込みが厳しくなり、お布団の中が気持ちいい季節になりましたね。園庭の真ん中にある椎の木も小さなどんぐりのかわいい実をつけ、戸外遊びが大好きな子どもたちに人気の木になっています。朝夕の登降園の際にお子様と一緒に見上げてみてください。

### 10/10 保健の日を開催しました

目の愛護デーのお話をしました。

目を大切にする方法として

- ・早寝早起きをしよう
- ・好き嫌いせず、何でも食べよう
- ・ゲームの時間は決めておこう
- ・目の体操をしよう

などのお話をしました。お家でもお子様の大切な目を守るため話し合ってみましょう。

### 鼻水のおはなし

季節の変わり目で肌寒くなると、子どもは鼻水が出やすくなります。

鼻水は鼻やのどについたウィルスを洗い流し掃除するために出るものです。また、炎症を起こした鼻の粘膜を守る役目もあります。

鼻の周りはデリケートです。

鼻水は優しくふき取ってあげましょう。



### インフルエンザワクチン接種は すでに始まっています

インフルエンザのワクチンは、効果が現れるまでに約2週間ほどかかります。12歳以下は2回接種になります。早めに、かかりつけ医に相談しましょう。



### もしもインフルエンザにかかってしまったら・・・

「乳幼児は発症後5日を経過し、解熱後3日を経過するまで登園停止」になります。園は集団生活の場です。お友達にうつしてしまわないように、またうつらないように具合が悪いときは体調が回復してから登園しましょう。また、ご家族の中でインフルエンザに感染された方がいらっしゃいましたら必ず園までお知らせください。

インフルエンザは熱が出てから完治するまで数日かかります。お子様の登園停止中でも仕事を休めないご家庭は、**病児・病後児保育**（事前登録が必要）を利用されるか、急なお迎えには、**保育サポート**など、働くパパママの為に様々な機関がありますので、ご利用下さい。詳しくは重要事項の中のプリントをご覧ください。

これからの季節はご家庭でも熱発したらコロナなのか、インフルエンザなのかが分からず不安な事も増えてきますね。園でもできるだけ感染対策に心がけ、安心して園を利用させていただきたいと思っております。保護者の皆様にも熱発時には早めのお迎えなどをお願いするかと思いますが、ご協力をお願いいたします。