



ほけんだより



2016年 12月

青梅みどり第二保育園

寒い日が続きます。11月の感染症は手足口病が6名、溶連菌感染症3名でした。風邪から中耳炎を起こす子もいました。鼻風邪と軽く見ないで、2～3日続くときは、受診しましょう。これからは高熱が出たら、インフルエンザの可能性がります。12時間経過したら、簡易検査に反応します。受診しましょう。また、玄関口の掲示板に、感染症の情報を載せています。車の方は、職員に声をかけて聞いてください。

幼児のみなさん

歯みがきカレンダーは進んでいますか？4、5歳は1カ月分に挑戦してもらっています。3歳は初めて一週間分に取り組んでもらっています。できなかった日が、あっても、できた日に色をぬって、持ってきてくださいね。

保健行事

12月7日(水) 0. 1歳身体測定
12月13日(火) 2～5歳身体測定
12月27日(火) 0. 1歳乳児健診



仕上げ磨きも
頑張ってください！！



風邪の時の手当て

***熱がある時は**、室内では、服を着せすぎないようにしましょう。汗をかいたら、着替え、37度台の時は、軽くシャワーもよいでしょう。熱や発汗のため、脱水になることもあります。走り回ったりすると、更に発熱することがあります。こまめに水分を取り、静かに過ごし、検温しながら様子を見ます。ぐったりしたり、けいれんするようなら、すぐに受診をしましょう。

***鼻みずが続く時は**、水分を多めに取り、室内が乾燥しないように注意しましょう。寝入り際仰向けにすると鼻水が喉に流れ、呼吸が苦しく寝付けないこともあります。横向きやうつ伏せにするといいでしょう。寝入ると鼻水は止まります。うつぶせ寝の子は仰向けに戻しましょう。鼻かみのできる子は片方ずつかみます。できない子は、こまめに拭いてあげましょう。

***咳が続く**、睡眠が中断したり、食事を吐いたりするような時は、受診しましょう。3～4日続く時も診てもらいましょう。咳は思った以上に体力を消耗します。熱がないからと軽く見ないで、休養するようにしましょう。

***暖かい食事を摂り**、早めに休むようにしましょう。

室内での事故

室内で過ごすことの多い冬

毎日成長するのが子どもです。手の届くところ、触れるものを点検してみましょう。

***電池**のはいつている体温計、ボタン電池のおもちゃ 電気製品は子どもの手の届かないところに置きましょう。使う時は大人の目の届くところで、3歳ぐらまでは、誤飲し、胃に穴が開くこともあります。

***電気ポットや炊飯器 ヒーターの出口 アイロン**に子どもが直接触れないようになっていますか。火傷の原因になります。

***はさみや釘、針**やとがったもので、切り傷 刺し傷に注意してください。

***タバコや酒類** ピーナッツなどを大人が食べるとき、誤って食べないように注意しましょう。

誤って飲み込んだ時の応急処置は、つくば中毒センターへ、電話 029-852-9999 (365日 9-21時対応)

