



ほけんだより 12月



平成 29 年 12 月 1 日
青梅みどり第二保育園

空気が乾燥してきました。本格的な冬の到来です。11月から真冬並みの寒さが続いていましたが、寒空の中でも子どもたちの元気いっぱいの姿を見るとうれしくなります。

さて、これからインフルエンザの流行時期です。今年は、例年より流行が早まっているようで、11月から近隣の小学校で、すでに学級閉鎖をしている情報があります。お子さんの場合、重症化しないためにも予防接種は受けておきたいところです。また、食事・睡眠・外遊びで規則正しい生活を送り、1年の終わりを元気に締めくくるといいですね。

12月の保健行事

5日(火) 乳児体測

6日(水) 乳児健診

12日(火) 幼児体測

<嘔吐と下痢の話>

インフルエンザだけではなく、ノロウイルスに、ロタウイルス、それ以外にも嘔吐や下痢、腹痛などの胃腸炎が多いことも冬の風邪の特徴です。11月から、下痢や嘔吐の子がちらほら見られました。発熱と同様、下痢や嘔吐も子どもの体力を消耗します。おなかの風邪と診断されて登園を迷う時は、

- ① 発熱がない。
- ② 機嫌がよく、食事や水分がとれている。
- ③ おしっこがちゃんとでている。
- ④ 24時間以内に2回以上の水様便がない。

を基準に判断してください。

逆に、回数は少なくとも顔色が悪く元気がない、食べるとすぐに出る、おなかを痛がる場合は、園から連絡をさせていただきます。お子さんの吐物や排泄物に触れた場合は、必ず石鹸で手を洗うようにしましょう。保育園でも職員の手洗いは徹底していきます。

*下痢の時は、脂っこい料理や糖分を多く含むお菓子は控え、消化吸収の良いおかゆ、野菜スープ、味噌汁、煮込みうどんなどを少しずつゆっくりにたべさせてあげましょう。果物だったら、ミカンやイチゴよりリンゴやバナナ(熟れたもの)がよいようです。お肉やイモ類、牛乳などは控えた方がよいようです。熱がある、水様便が止まらない、ぐったりしているときは必ず受診してください。



コイン形・ボタン形電池を子どもに触らせないで!

最近コイン形・ボタン形電池の誤飲事故が多く発生しています。コイン形電池は放電能力が高いため、死に至る恐れがあります。子どもの目の前で電池交換したり、子どもには開けられない・届かないなどと高をくくるのは絶対にやめましょう。