



早いもので、今年もあと1ヵ月となりました。今年は夏から秋にかけて急激に寒くなり、風邪でお休みした子どもたくさんいました。園ではこまめな手洗い・うがいを呼びかけ、風邪予防をしています。ご家庭でもお子様の体調管理をしっかりと行い、元気にお正月を迎えましょう。

年末年始の急病は？

年末年始はほとんどの病院が休診となります。お子様の急な発熱やケガに備えて、事前にかかりつけの病院の他、近くの救急病院の診療時間と休診日は確認しておきましょう。また、帰省先の救急病院の情報も把握しておくことが大切です。

冬休みの注意点

お休みの間は生活リズムが乱れやすくなるので、夜は決まった時間にお子様と一緒に布団に入るようにしましょう。また、ポットやファンヒーターなどによるやけどが増えています。お子さまの手が触れない工夫をお願いいたします。

正しい手洗いを

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう！

せっけんを泡立てて……

- ① てのひら
- ② 手の甲
- ③ 指の間
- ④ 指先、つめ
- ⑤ 手首
- ⑥ 洗い流す

チエツワ！ 指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね

●○インフルエンザ○●

インフルエンザって？

咳やくしゃみなどによって感染し広がる病気で、毎年多くの感染者が出ます。急な発熱、関節痛、下痢、嘔吐、咳などの症状が見られ、放っておくと周りへの感染を広げるだけでなく、合併症の危険も伴います。毎日の手洗いやうがい、ワクチン接種することで予防や重症化を防ぐことができます。

インフルエンザかもと思ったら…

医療機関にかかり、インフルエンザかどうか診断してもらうことも必要ですが、諸症状出現から最低12時間以上経過していないと正しい検査結果が出ない場合があります。インフルエンザかも…と思っても決して慌てずに！こまめな水分補給と自宅療養がとても大切です。