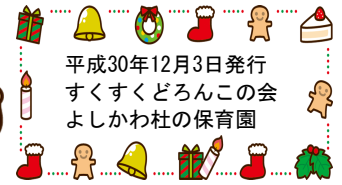




12月のほけんだより



平成30年12月3日発行
すくすくどろんこの会
よしかわ杜の保育園

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。念入りだね

●○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。悪寒、急な発熱、関節痛に続き、下痢、嘔吐、咳、くしゃみ、喉の痛みなどの症状が見られます。放っておくと周りへの感染を広げるだけでなく、合併症の危険も伴うので、インフルエンザの症状かなと思ったら医療機関で診てもらいましょう。

インフルエンザになってしまったら…
まずは医療機関にかかり、インフルエンザかどうか診断してもらいましょう。高熱や下痢が続くと脱水症状を起こしやすくなるので、こまめな水分補給が大切です。感染力が強いため、発症した後5日を経過し、かつ、熱が引いてからも3日間は登園を控え、しっかりと自宅療養しましょう。