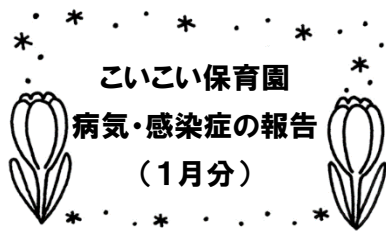


2月の ほけんだより

湯川こいこい保育園
2021.1.29

暦のうえでは春を迎えましたが、もう少し寒い日が続きそうですね。

1月は、九州ではめずらしく雪が積もり、子どもたちも外に出て雪遊びができたのではないのでしょうか。たくさん栄養のあるご飯を食べて、しっかり睡眠をとり、寒さに負けない体を作りましょう。



こいこい保育園
病気・感染症の報告
(1月分)

発熱 6名 嘔吐 1名

花粉症対策、 していますか？

冬の寒い時期が終わりに近づいてくると、花粉症の季節がやってきます。目のかゆみやくしゃみなどの症状があらわれ、時にはアレルギーが激しいと、頭痛がしたり、微熱がでたりすることあります。お出かけをするときはマスクをして、帰ったら手洗いうがい、服についている花粉をはらい落とすなどの対策を試みましょう。



健康管理

寒いと手洗いやうがいが雑になりがちです。カゼや感染症を予防するために、ていねいに行うようにしましょう。



感染性胃腸炎

ロタウイルスやノロウイルス、アデノウイルスが原因で起こる胃腸炎を感染性胃腸炎、またはウイルス性胃腸炎とも呼びます。こいこい保育園ではまだでていませんが、他の保育園で流行しているとの報告を受けています。気になる症状があれば、早めに病院を受診するなどの対応をお願いいたします。

笑顔で免疫アップ

子どもの免疫力をアップさせるには、規則正しい生活を送ることやしっかりと睡眠をとること、バランスの良い食事をするのが大切です。それと同時にたくさん笑うことも免疫力アップにつながります。おうちでもその日の出来事などたくさん会話をたのしんで笑ってすごしましょう。

