



ほけんだより2月

社会福祉法人 誠和会 ひまわり保育園R3.2月号 看護師 上東

気温が低く乾燥した日が続いています。今年の立春は2月3日で暦の上では春を迎える時期とされていますが、一般的に1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。また全国的に新型コロナウイルス感染症が爆発的に増え、緊張感が高まっています。栃木県にも緊急事態宣言が発令されました。長い自粛生活で疲れもあると思いますが、人混みを避け、引き続きの感染予防対策を一丸となって行っていきましょう。



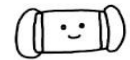
1月の感染症発症者数

突発性発疹 1名

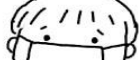
このような時期ですので発熱後は受診結果をお知らせください。解熱後24時間はおうち様子を見ていただき、解熱剤を使った登園はお控えください。



せきエチケットについて



せきエチケットは、ウイルスを人に移さないという意識が大事です。せきによるウイルスの飛沫は2~3mといわれています。せきが出る場合は人混みを出歩かないようにしたいものですが、やむを得ず外出する場合はマスクをしてウイルスの拡散を防ぎましょう。また、使用したマスクやティッシュは蓋のあるゴミ箱に捨て、石鹸で手をよく洗い、消毒を徹底しましょう。



背すじぴん! で 元気!

寒いとつい背中を丸めてしまいますね。でもそれでは、心臓や胃、腸などが活発に働いてくれません。また、乳幼児期は背骨や、背骨を支える筋肉が発達する大切な時期。強い骨と筋肉を作るためにも、よい姿勢で過ごすことを心がけましょう。背すじぴん! は気持ちいいばかりでなく、健康にもよい影響を与えるのです。



子どもにとって、体の不調を上手に言葉で表現することは難しいです。朝起きていつもと違うなと感じたら、それは体調不良のサインかもしれない。朝は忙しいかとは思いますが、検温だけでなく、お子様の顔、言動、機嫌等、確認した上で登園しましょう。

朝にチエック



すっきり起きられましたか?

機嫌が悪くないですか?

朝ごはんは食べられますか?

手のキレイのきほんのキホン☆彡

流水と石けんで30秒の手洗い

- ノロウイルス等アルコールの効かないウイルスも倒せる
- アルコールの擦りこみ動作が難しい子どもでも可能

15秒以上アルコールを擦りこむ

- 目に見える汚れがある場合は不可(濡れている手には効果なし)
- 製品濃度に注意、70~80%が望ましい

スーパー等の入り口に置いてあるアルコールの使用のみで安心をしていますが、濃度も不明な場合もあり、やや不安が残ります。やはり流水での手洗いは欠かせません。両方を併用することで予防効果が高くなります。

本園では予防接種の接種状況を把握するために、園児の個々の記録表を作成しています。接種した際には、必ず職員にお伝えください。

なお、きりんぐみのお子さんはMR2期を3月末までに必ず接種して下さい!

