



ほけんだより

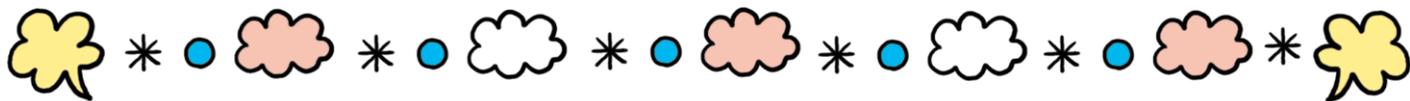
2月号



令和3年2月1日
みなみかせ保育園



今年は2月2日が節分です。お家で豆まきごっこをしてみたり、季節の行事を楽しんでいきましょう。今月も子どもたちが風邪に負けず、元気いっぱい過ごせるように願っています。



コンコンッ！ 咳のかぜ、引いていませんか？

寒さが深まり、咳の子も増えてきました。乾燥が原因の咳もありますが、ウイルス性のものは飛沫感染によって広がっていきます。咳エチケットを守り、咳が出ている時は3歳以上の子どもは、マスクを着用しましょう。

おうちでのケア



洗濯物を干したり、加湿器をつけたりして、湿度を調節し、喉を潤しましょう。



咳がひどい時は、背中の下に枕やクッションを置くなどして上半身を高くしましょう。

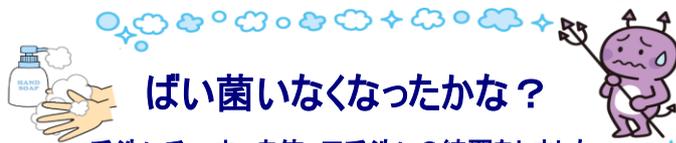


麦茶や白湯など、刺激のない飲み物で水分補給をこまめに行いましょう。



外で元気に遊ぼう

寒いと外に出るのがおっくうになり室内遊びが多くなりがちです。外で体をたくさん動かして遊ぶと筋肉や骨が強くなり風邪に負けない元気な体が作られます。できるだけたくさん体を動かして遊びましょう。

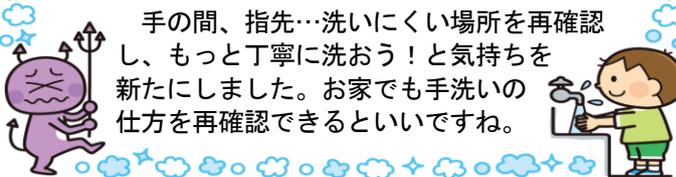


ばい菌いなくなったかな？

手洗いチェッカーを使って手洗いの練習をしました。

感染症の心配な時期。普段の手洗いでどのくらい丁寧に洗えているのかな？

1/13・14に幼児クラスで、手洗いチェッカーを使用し、手洗いの確認を行いました。汚れに見立てた蛍光剤入りのハンドクリームを手塗った後手洗いをし、ブラックライトを当ててみると…。洗い残しの部分が黄色く光ります。



手の間、指先…洗にくい場所を再確認し、もっと丁寧に洗おう！と気持ちを新たにしました。お家でも手洗いの仕方を再確認できるといいですね。

2月の予定

2/1~5 全園児 身体測定

※今月は、園医健診はありません。

1月の感染症

突発性発疹 1名

