



# 12月のほけんだより

令和4年12月1日発行  
くろかわのぞみ保育園  
NO.129

朝晩冷え込みが強くなり、かぜ症状で欠席する子も増えてきています。インフルエンザの流行も増えてくる時期です。予防には手洗いが重要といわれています。ご家庭と園で手洗いをしっかりと行い、十分な体調管理をおこない元気に過ごしていきましょう。

## 咳をしている時は…



咳は体質的なものや、治療が必要となるもの、気管に異物が詰まった時など、様々な原因があります。咳の種類や熱、嘔吐など他の症状も出ていないかをよく観察し、対応しましょう。

### <咳がひどい時は…>

- ・蒸しタオルを顔の前に広げて、湯気を吸わせる。
- ・室温は 20℃前後に、湿度は 50～60%くらいにする。
- ・野菜スープや麦茶を少しずつ、回数を多く与える(刺激になるので柑橘系や冷たい物は避けましょう)。
- ・睡眠時、クッションなどを使って上半身を高くする。

## 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。お子さまの急な発熱やけがに備えて、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。

## つき組、そら組さんに 手洗い指導を行います。

### 12月21日(水)

感染症対策に必要な手洗いについてお話した後、汚れに見立てた特殊な液体を手塗って、手洗い後ブラックライト照射すると洗えていない箇所が白く光るという実験を行います。そら組さんは、去年も経験しているのでしっかり洗えるかな？  
つき組さんは手についた汚れを見てどんな反応をするのでしょうか。

正しい手洗いは病気になる確率をグンと下げます。子どものうちにしっかりと身につけることができるといいですね。

## 保健からのお願いです

インフルエンザなどの予防接種後は安静にすることが望ましいため、平日の夕方や休日を利用して接種をしていただくと思います。仕事の関係上どうしても午前中の接種をしてから登園する場合には接種後1時間体調に変わりがないか確認してから登園をするようにしてください。また、その際には保育中少しでも体調不良がみられた場合には連絡をいたしますのすみやかにお迎えをお願いします。

## 11月の感染症

突発性発疹……3名  
アデノウィルス……1名

お子さんの体調不良時には早め  
の受診をおねが  
いいたします。

## 園医健診

### 12月27日(火) (にじ・かぜ)

体調不良時以外はなるべく出席  
していただけるようご協力お願い  
いたします。