



# ほけんだより



2018年 11月号  
野のはな保育園

インフルエンザや感染性胃腸炎など、冬に多い感染症が流行る季節がやってきました。まずは手洗い・うがい!!そして休息をとりながら、体調を整えて冬を楽しく過ごせるといいですね。

## 11月の保健行事予定

|               |         |                    |
|---------------|---------|--------------------|
| 12日(月)～       | 身体測定週間  | 健康カードは健診後に配布します    |
| 21日(水) 9時30分～ | 全園児健康診断 | 当日お休みのないようご協力ください。 |

## 感染症状況

RSウイルス感染症 5名 (登園許可証が必要な感染症です。)

## 鼻水のおはなし



季節の変わり目やアレルギーなどにより、子どもは鼻水が出やすくなります。鼻水のほかに発熱・喉の痛み・食欲不振・黄色や緑色の粘り気のある鼻水が続くなどの症状があれば病院で診てもらいましょう。

### どうして鼻水が出るの？

鼻水は身体を守るために必要なもので、鼻やのどに付いたウイルスを排除するために出ます

また、炎症を起こした鼻の粘膜を守る役目もあります。

### 小さい子はこまめに吸い取って！

まだ上手に鼻をかめないときにはティッシュでこまめに拭いてあげたり、鼻水吸引を耳鼻科などでしてもらって夜グッスリ寝れることもあるようです。



### 鼻水の色を見てみよう

#### 透明

気温の変化によるものや風邪の初期症状の場合に見られます。

鼻水は垂れたままにしておくと肌荒れの原因になるので注意が必要です。

#### 黄色から緑色

鼻水は垂れたままにしておくと肌荒れの原因になるので注意が必要です。