



早いもので、今年も残り1ヵ月となりました。12月は寒さが厳しくなり、空気が乾燥してくる季節です。園内で感染症が流行する可能性がある為、毎日の手洗いとうがいをしっかりしていきましょう。

## 12月の保健行事予定

9日(月)～ 身体測定週間  
10日(火) 0歳児健康診断  
(全園児健診欠席した友だちも実施します)



## 感染症状況 11月はインフルエンザBとRSウイルスでお休みするお友だちがいました。

胃腸炎が流行しやすい季節です。嘔吐や下痢が発症した場合は早めに病院へ受診して頂けるようご協力お願いいたします。その際には保育園に通っていることを伝え感染の心配がないか、登園してもよいかをご確認ください。  
また、保育園で嘔吐や下痢が発症した場合、感染症予防のため連絡させていただきます。

## 家族みんなで ガラガラうがい



かぜの予防に大切なうがいですが、習慣づけるのはなかなか大変ですね。まずはお母さん、お父さんがやって見せるのがいちばん！ 外から帰ったらすぐ「一緒にやろう」とお子さんを誘ってください。みんなでガラガラすれば、かぜなんかこわくない！ 小さい子は、口に水を飲んで「ペッ」と吐き出すだけでも効果があります。

## 正しい手洗いを

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう！



せっけんを泡立てて……



チェック!

指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね

年末年始は、家族でお祝いする楽しい行事が盛りだくさんですね。お休みの間は生活習慣が乱れがちとなりますが、睡眠・食事の時間を意識し病気や事故のないお正月をお過ごしください。