



# ほけんだより

2024.12

早いもので、今年も後1ヵ月となりました。今年は夏の暑さが続き秋が短く過ぎ去っていきましたが、手足口病など感染症が流行する11月でした。区内ではコロナ、インフルエンザの報告も増えています。引き続き感染症対策として、こまめな手洗い・うがいを呼びかけ予防していきます。ご家庭でもお子さんの健康管理に十分な配慮をお願いします。

## 行事予定

18日(月) 全園児身体測定週間  
20日(金) 0歳児健康診断

## 先月の感染症情報

手足口病 が流行しました

\*先月の全園児健診に欠席した場合は0歳児健診の時に健診します。お休みのないようお願いいたします。

## 朝の体調チェック6つのポイント

- 顔が赤い、青白いなど顔色の違いはありませんか？
- 湿疹やただれなどはありますか？
- 朝ごはんは食べられましたか？
- 下痢や便秘ではありませんか？
- せきやくしゃみ、鼻水は出ていませんか？
- 機嫌は悪くありませんか？



いつもと違う様子ありませんか？

## 換気をしよう！

寒い冬、部屋を閉め切って暖房をかけていること多くなっていませんか？ 長時間部屋を閉め切っていると、空気中のウイルスは、あっという間に増えてしまいます。保育園でも園舎の中に風の通り道ができるよう窓を開けて換気をしています。



## 換気をしないとウイルスが100倍！？

暖房をかけっぱなしにして、ずーと部屋を閉め切っていると…？

例えばインフルエンザウイルスは、1時間になんと100倍にも増えてしまうそうです。

理想は1時間おきに5分ほど窓を開けておくことです。生活のタイミングをみて少しでも窓（できれば2つの窓）を開けるようにできるとよいですね。

## お願い

「予防接種確認表」を配布します。確認していただき、新たに予防接種を受けた場合は追記し、クラスへ提出してください（追記項目がない場合はそのまま提出してください）。