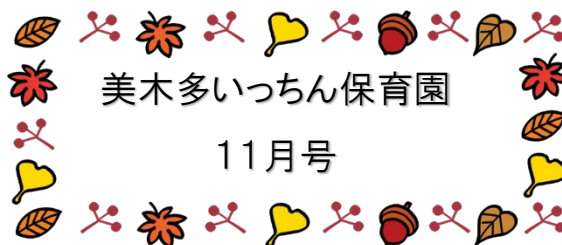




ほけんだより



美木多いつちん保育園

11月号

木の葉が色づき始め、朝夕の空気もひんやりと感じられるようになりました。

過ごしやすい秋に子どもたちの活動範囲も外へと広がってきています。

神社で木の葉を拾ったり、上北公園で遊んだり、散歩をしたり。

微笑ましい光景の中に春からの成長を感じられます。毎日元気で保育園生活を

過ごしてほしいです！保護者の皆様も良い気候の中、お子様と遊んでくださいね！



今月の保健行事



11/12(木)身体計測

園で流行中の感染症、症状

鼻水、咳のある子が1～3歳児に多いです。



今日は何の日!?

11月8日は「いい歯の日」

自分で歯みがきをする子も増えてきたと思います。自分でみがける子でも、最後はきちんと仕上げみがきをしてあげましょう。歯みがきを苦手とするお子さまは、おうちで歯みがきカレンダーをつくるなど、歯みがきに興味を持たせるところから始めます。歯みがきができたらカレンダーにシールを貼ったり、スタンプを押してあげましょう。

日	月	火	水	木	金	土
					1 ★	2 ★
3 ★	4 ★	5 ★	6 ★	7 ★	8 ★	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

きれいにみがけているかの歯みがきチェックや仕上げみがきは虫歯予防のために行うようにしてください。



11月9日は「換気の日」

「いい空気」と読ませることから換気の日とされています。暖房器具を使用中に換気が不十分な状態が続くと一酸化炭素中毒で意識を失うこともあります。空気(風)の通り道をつくり、1時間に1回、5分程度の換気を心がけましょう。



11月12日は「皮膚の日」

空気の乾くこの時期は皮膚がカサカサになったり、かゆくなったりと乾燥肌が気になります。タオルでゴシゴシと強くこすらず、お風呂上がりには保湿クリームを塗りましょう。

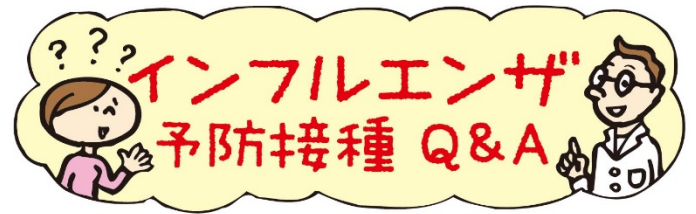


インフルエンザの予防接種の時期になりました！

今年はコロナウィルスの影響で65歳以上の優先接種が10月中に実施され、そこでワクチンがたくさん使われてしまったので11月以降はワクチンの在庫が少なくなるようです。ワクチンを接種したい方は早めにかかりつけ医に相談してみましょう。



いつもの冬のようにインフルエンザの対策をしていれば、おのずとコロナの対策にもつながります。ひとつずつ出来る備えを早めにしましょう。毎日のうがい、手洗いは継続です！



かぜよりも症状が重く、感染力も強いインフルエンザ。0、1、2歳児がかかると、肺炎やインフルエンザ脳症を引き起こすことも。予防接種を受けておくと、万が一かかっても軽い症状で済むので安心です。

Q 去年インフルエンザの予防接種を受けたので、今年は受けなくてよい？

A 原因になるウイルスには、主にA型、B型、C型の3つがあり、年によって流行する型が違います。A型B型がよく流行しますが、毎年予防接種を受けることで、効果が期待できます。

Q 受けるとインフルエンザにかからないの？

A 必ず発病を防げるというものではありませんが、かかっても重症化したり、合併症を起こしたりするリスクを減らすことができます。

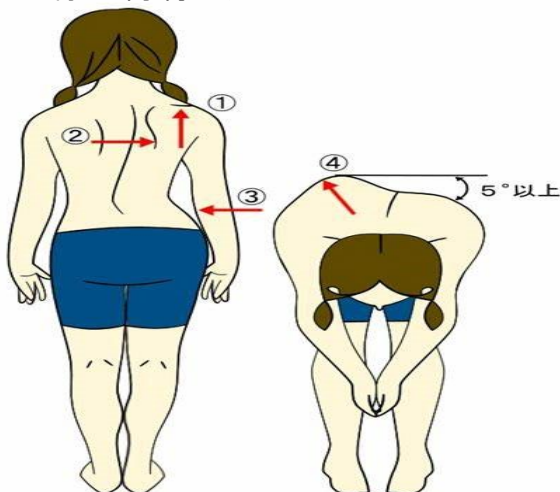
Q 予防接種の効果が続く期間は？

A 接種後、効果が現れるまでに約2週間かかり、その後半年くらいは持続します。



脊柱側弯症について

骨が曲がったり、ゆがみがあると脳、体の発育に支障が起こります。早期に発見するため、幼児、学童の検診でチェックされます。ご家庭でも一度お子様の背骨を見てみましょう！



脊柱側弯症の調べ方

- ①両肩の高さに差があるかどうか
- ②両肩甲骨の高さや突き出し方に差があるかどうか
- ③左右のウエストラインの非対象性があるかどうか
- ④前屈させて、肋骨隆起や腰部隆起の有無およびその程度

コロナウィルスについて

レジャーの季節。楽しいお出かけにちょっと配慮して感染予防しよう！
保育園での健康管理表も続行です。
引き続きご協力お願いいたします。

