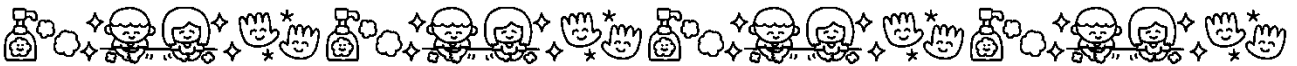




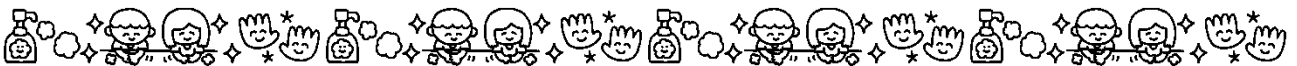
今年の秋は11月上旬まで昼間は半袖でも良いくらいの暑さの日もあり、毎朝お子さんに用意する服や衣替えのタイミングに難しさを感じた事と思います。気象庁は引き続き暖冬傾向を予想していますが、朝夕や日による寒暖差に注意しながら、子どもたちが健やかに過ごせるように配慮していきたいと思ひます。



上手な手洗いとうがい



感染症などの予防にはなんといっても手洗いとうがいが大切。石鹸を泡立てて、手のひら、手の甲、指の間までしっかり洗ひましょう。親指も反対の手のひらでねじるように洗ひます。うがいは口の洗淨スクスク1回、のどの洗淨ガラガラ2回が基本。園でもクラスの水道近くに掲示して丁寧にできるように知らせています。



やけどに気をつけて

冬はやけどの事故が増える季節。特に注意したいのは、高温の蒸気が出るものや、ストーブ、ヒーターなどの暖房器具。カイロや湯たんぽ、ホットカーペットなども長時間使用していると低温やけどの可能性が有ります。正しい使用方を確認して使用しましょう。

爪のケア

- 爪が伸びていると、顔などを引っかけて自分がケガをしたり、お友だちに思わぬケガをさせてしまうこともあります。また、爪の先に汚れがたまって菌が繁殖したりします。子どもの爪は大人より早くのびます。こまめにチェックして、切ってあげましょう。

湿度について

子どもも大人も快適な湿度は、40～60%。肌の薄い乳幼児は特に乾燥に弱いので、加湿器などを利用して空気が乾燥しすぎないように調節しましょう。空気が乾燥するとウイルスの活動も活発になり、風邪もひきやすくなります。快適な湿度で感染予防しましょう

換気をしよう

寒い冬でもお部屋の換気が必要です。窓を開けることで、ほこり、化学物質、花粉や菌、ウイルスなどを外に出せるからです。換気は短い時間でこまめにするのが効果的。窓は1か所だけでなく、2か所対角線上にある窓を開けるとさらに効果的です。

気をつけたい

感染症

- **インフルエンザ**…登園には当面の間登園届
主な症状は、発熱、頭痛、関節痛、倦怠感など。ワクチン接種でも感染を完全には防ぐことはできませんが、重症化の予防には役立つと言われています。
- **RSウイルス**…登園には登園届
2歳までにほぼ全員が一度はかかるといわれる感染症。元気な子どもの場合、軽い風邪のような症状ですが、生後数か月までの乳児では重篤な症状を引き起こすことがあります。飛沫感染や接触感染に気を付けましょう。
- **マイコプラズマ肺炎**…登園には登園届
ゆっくりと進行するので、診断がつきにくい感染症です。比較的元気なのにいつまでも咳が続くのが特徴。眠れない、食べられないほど咳がひどい場合は要注意です。
- **ウイルス性胃腸炎**…登園には登園届
下痢や嘔吐などの症状をきたす感染症。ロタウイルスやノロウイルスによるものが代表的で主に冬に流行します。脱水症状に注意し、周囲の人に移らないよう注意が必要です。
- **溶連菌感染症**…登園には登園届
喉が痛くない発熱します。なかには中耳炎や皮膚化膿症を起こすこともあるので注意が必要です。抗生物質を服用し、再発や合併症のないようしっかり除菌しましょう。

