

# 12月のほけんだより



ながらこども園  
令和2年11月30日 発行

今年も残りわずかとなりました。今年には新型コロナウイルス感染症の影響で日常生活が大きく変わりましたが、朝の健康チェックや帰宅後のうがい・手洗いなど、この1年間で健康管理の習慣がしっかりと身に付いたのではないのでしょうか。子どものうちに身に付いた生活習慣は、大人になってからも続いていきます。今からよい習慣をたくさん増やしていきましょう。

保健師 牧野 利香

### 3歳以上児のお子さんはマスクの着用をお願いします

12月より、3歳以上児のお子さんは原則マスク着用とします。新型コロナウイルスのほか、冬季に流行する各種感染症予防のため、ご協力をお願いいたします。  
◎かばんに予備用のマスクを2~3枚ご用意ください。また、マスクには**記名**をお願いします。

### 欠席の連絡について

体調不良で欠席される場合は、どのような症状で体調を悪くされているのか、例えば発熱、咳、鼻水、腹痛、下痢など、主な症状だけでなく、現在あらわれている症状をすべてお知らせください。  
集団感染の早期探知や早期対応につなげるため、ご協力をお願いいたします。

### 身体測定日

3歳以上児	12/10(木)
3歳未満児	12/14(月)

当日は着脱しやすい服装で、髪を結んでいる場合は頭の上には結ばないようお願いします。

### マスクのつけ方・はずし方を覚えましょう

**つける時は...**

**はずす時は...**

注 使用後のマスク表面は微生物に汚染されている可能性があるため、触れないようにします

(参考:メディカルサヤ)

**布マスクは毎日洗い、清潔を保ちましょう。**

### 感染症発生・流行状況 (11月末現在)

ひまわり組	感染症の発生・流行はありません。10月は、すずらん組で1名突発性発疹が発生しましたが、その他の感染症はありませんでした。引き続き、手洗い、咳エチケットを行い、集団感染を防ぎましょう。
さくら組	
すみれ組	
もれんげ組	
いちご組	
すずらん組	
たんぽぽ組	※感染者が発生した場合は、各クラスや昇降口に発生状況を掲示しますのでご確認ください。

### 感染性胃腸炎が流行する季節になりました

流行の兆しは見られませんが、万が一に備えて次のとおりご協力をお願いします。

- ◎下痢症状がある場合は登園前に受診し、登園の可否の確認をお願いします。
- ◎感染性胃腸炎と診断された場合は、直ちに園に連絡してください。また、登園には登園許可書が必要になります。
- ◎園で2回以上(流行している時は1回)の下痢・嘔吐があった場合は職場にご連絡しますので、速やかなお迎えをお願いします。(お仕事がお休みの時は、登園時にお知らせください。)
- ◎嘔吐や下痢で衣類や寝具が汚れた場合、感染予防のため職員による下洗いは行いません。そのまま袋に密閉して降園時にお渡しますので、**ご家庭での消毒・洗濯**をお願いします。(消毒・洗濯方法は裏面を参考にしてください。)

### 「受診結果報告書」の提出ありがとうございます

提出期限は12月23日(水)までです。年末年始、医療機関は大変混み合います。まだ受診されていない方は早めに受診しましょう。予約の関係で受診が遅れる場合は、その旨お知らせください。

### 「かぜ」も油断大敵です

鼻やのどにウイルスや細菌が感染し、炎症を起こすものの総称を「かぜ症候群」といいます。軽く済むことも多いのですが、油断すると、中耳炎、肺炎、気管支炎など、さまざまな病気を併発することもあります。  
体調が悪そうなときは、無理をせず安静を心がけ、長引かせないようにしましょう。

### インフルエンザ予防接種はお済みですか？

インフルエンザワクチンの効果には個人差がありますが、接種後2週間から5か月間程度とされています。流行前に早めに接種を済ませましょう。  
なお、町の助成期間は令和3年1月31日までです。  
**年長さんは、麻しん風しん混合(第2期)も忘れずに接種しましょう。**

### もうすぐ冬休み

休み中も早寝早起きを心がけ、規則的な生活リズムを崩さないように気をつけましょう。  
新しい年、また元気な皆さんにお会いできることを楽しみにしています。