



いよいよ今年も残すところあと一か月になりました。朝晩の冷え込みも厳しく、空気も乾燥し風邪などひきやすくなる季節です。子どもたちにとってはクリスマスやお正月と楽しいことがいっぱいこの時期ですが、規則正しい生活を心がけ寒い冬を元気に過ごせるようにしましょう。

看護師 萩原 あずさ



風邪をひいてしまった場合は



風邪が流行する季節。基本的な手洗い・うがいが大切です。咳や鼻水の症状がある場合は早めに受診し、ひどくなったり、長引いたりしないように気を付けましょう。

風邪であれば、ほとんどの場合は安静に過ごすことで自然に治ります。しかし、集団生活をしているお子さんは、免疫力が下がった状態で登園すると他の感染症にかかりやすく、症状が長引く原因にもなります。また感染対策を行っていても、感染を完全に防ぐことは難しいため、集団生活に適應できる状態に回復するまでは、家庭保育をお勧めします。

また、小さいお子さんは気管支炎や肺炎、中耳炎などの病気を合併しやすいため、ご家庭でお子さんの様子をよく観察し、体調の変化が見られたらすぐに受診するようにしましょう。

身体測定日

0~2歳児 12/13(水)

3~5歳児 12/14(木)

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にお願いします。



インフルエンザの予防接種はお済みですか？

感染症が様々な時期に流行していますが、インフルエンザは、例年1月末から3月上旬に流行のピークを迎えます。

また、インフルエンザワクチンが十分な効果を維持する期間は、接種後2週間から5か月間程度であることから、12月中旬までに接種を終えることが望ましいとされています。まだ接種されていない方は早めに接種しましょう。

また、年長児は、麻しん風しん混合(MR第2期)も忘れずに接種しましょう。

転倒事故に気をつけて！

小さな子どもは転んだ時に、とっさに手をついたり、足で支えたりすることができません。そのため、転ぶと頭をぶつけやすいのです。頭のケガは、しばらくたってから症状が現れることがあるので、念のため24時間は様子を見ましょう。下のチェックリストを参照に、気になることがあればすぐに病院を受診しましょう。

【すぐチェック！】

- 顔色が悪くないか
- ぶつけた所がへこんだり、ぶよぶよしたりしていないか
- ケガの症状や出血がひどくないか
- 吐き気や嘔吐はないか
- ぐったりしていないか
- ひどく痛がる様子や不機嫌さはないか



【しばらくチェック！】

- 元気がなくなって、顔色が悪くなっていないか
- ぐったりしていたり、意識を失ったりしていないか
- 呼吸がおかしくないか
- 体の動きはいつもどおりか

受診結果報告書の提出について

10月に行った視力検査・内科健診の結果、受診が必要となった方は必ず受診して、受診結果を12月22日(金)までにお知らせください。