

12月のほけんだより



令和5年12月発行
愛護保育園

年の瀬を迎え、何かとあわただしい12月。生活リズムが崩れがちで、また感染症もはやる時期です。子どもたちにとっては、クリスマスに冬休みと、お楽しみがいっぱいの月ですが、体調管理には十分気を配っていきましょう。

冬のあせもとびひに注意

あせもとびひは夏だけではありません。最近、厚着や暖房であたためすぎて、冬になる子も増えています。床暖房の部屋に寝かせたらあせもができた、という例もあります。冬の肌は寒さで血行がよくないため、湿しみが治りにくいと言われますので、早めに受診しましょう。

予防

- 厚着をさせない
- 室温の調節をこまめに
- 汗をかいたらふき、着替える
- 毎日入浴して肌を清潔に

小さい子は特に、背中にふれて汗をかいていないかまめにチェックしましょう



暖かく着るコツ

寒さが厳しくなってきましたが、もこもこ厚着では活発に動けません。上手に衣服を着るコツを押さえれば、薄着でも平気！ 寒さに負けず元気にあそべますね。

薄着であったかのコツ

肌着を着る
(綿100%がお勧め)



重ね着する
(薄手の長そでシャツなど)



襟やそで口が締まった服を選ぶ

ズボンの中にシャツを入れて体温を逃がさない

外に出るときはベストやジャンパーなどで調節する



アタマジラミに注意

アタマジラミは人の髪の毛に寄生して、頭皮の血を吸うのが特徴。かゆみと炎症が起こります。感染力が強く、清潔にしていともうつってしまいます。

アタマジラミをチェック!

- 卵は細長い円形。髪の毛の根元にへばりついてなかなか取れないので、フケとは違うことがわかります。
- 後頭部や耳の後ろの生え際などに卵がないか、髪をかき分けて丁寧にチェックして。

シラミを見つけたら早めの駆除を！
放っておくとどんどん増え、周りにうつってしまいます。



11月の感染症

胃・腸炎 (下痢・嘔吐含む)	2名 (うさぎ・ぞう組)
インフルエンザA	1名 (うさぎ組)
アデノウイルス	4名 (りす・きりん・ぞう組)
溶連菌感染症	1名 (きりん組)
とびひ	2名 (りす組)

慌ただしい年末ですが、なぜか、心わくわくしますね。園内では、感染症が増えることがなく、園児達が元気に園生活を送ることができる事に、保護者様のご支援協力に感謝しています。年末年始は、親戚の方々とは接する機会が増えるので健康管理には、気を付けて下さい。良いお年をお迎えください。