



厳しい寒さの中でも、元気いっぱいな子どもたち。でも、低温・低湿の冬は、かぜウイルスが大好きな季節です。かぜを寄せつけないじょうぶな体作り、環境作りに気を配り、寒い冬を元気に乗り切りましょう。

0～1歳のせきに注意! ぜんそく様気管支炎

0～1歳児は気管支が細いうえに、上手にたんを出すことができないため、気管支にたんが絡まって炎症を起しやすくなります。これが「ぜんそく様気管支炎」です。呼吸するとゼロゼロと音がしたり、せき、発熱などの症状が出ます。熱があつて息苦しそうなときや、せきがひどくて眠れないときは、夜中であってもすぐに受診してください。

室内の加湿と換気、こまめな水分補給を心がけて、せきを楽にしてあげましょう。



1月の感染症		
胃・腸炎（下痢・嘔吐含む）	2名	（ひよこ組）
インフルエンザA	22名	（ひよこ組以外のクラス）
インフルエンザB	3名	（りす・くま・ぞう組）
アデノウイルス	1名	（きりん組）
コロナウイルス	1名	（きりん組）
溶連菌感染症	2名	（うさぎ・ぞう組）
とびひ	1名	（りす組）
頭じらみ	5名	（ひよこ・うさぎ・きりん組）

1月の中旬以降から園で、クラスにて発熱者が増え、インフルエンザAが流行りました。コロナ・インフルエンザを発症した場合、登園停止期間中の朝晩の熱を記入する用紙がありますので、園に提出されますよう宜しくお願い致します。（日数確認の為）早寝早起き朝ごはん、生活リズムを整え、元気に過ごしていきましょう。

3歳以降の肥満に要注意!

乳幼児期は体重の変動が激しく、しょっちゅう増えたり減ったりしますが、あまり心配はいりません。特に1歳くらいまでの肥満は乳児肥満といって、歩けるようになって運動量が増えたと、どんどん体がまわってきます。ただ、心配なのは、3～6歳にかけて太ってきた場合。そのまま肥満につながりやすいので、注意しましょう。

食生活の見直しを

スナック菓子やジュース類のとりすぎに注意しましょう。

意識的に体を動かして

肥満気味の子は、体を動かすことを避ける傾向があります。本人の好きなあそびで、楽しく体を動かすようにしていきましょう。



厳しい寒さの中でも、元気いっぱいな子どもたち。でも、低温・低湿の冬は、かぜウイルスが大好きな季節です。かぜを寄せつけないじょうぶな体作り、環境作りに気を配り、寒い冬を元気に乗り切りましょう。

0～1歳のせきに注意！ ぜんそく様気管支炎

0～1歳児は気管支が細いうえに、上手にたんを出すことができないため、気管支にたんが絡まって炎症を起しやすくなります。これが「ぜんそく様気管支炎」です。呼吸するとゼロゼロと音がしたり、せき、発熱などの症状が出ます。熱があつて息苦しそうなときや、せきがひどくて眠れないときは、夜中であつてもすぐに受診してください。

室内の加湿と換気、こまめな水分補給を心がけて、せきを楽にしてあげましょう。



1月の感染症		
胃・腸炎（下痢・嘔吐含む）	2名	（ひよこ組）
インフルエンザA	22名	（ひよこ組以外のクラス）
インフルエンザB	3名	（りす・くま・ぞう組）
アデノウイルス	1名	（きりん組）
コロナウイルス	1名	（きりん組）
溶連菌感染症	2名	（うさぎ・ぞう組）
とびひ	1名	（りす組）
頭じらみ	5名	（ひよこ・うさぎ・きりん組）

1月の中旬以降から園で、クラスにて発熱者が増え、インフルエンザAが流行りました。コロナ・インフルエンザを発症した場合、登園停止期間中の朝晩の熱を記入する用紙がありますので、園に提出されますよう宜しくお願い致します。（日数確認の為）早寝早起き朝ごはん、生活リズムを整え、元気に過ごしていきましょう。

3歳以降の肥満に要注意！

乳幼児期は体重の変動が激しく、しょっちゅう増えたり減ったりしますが、あまり心配はいりません。特に1歳くらいまでの肥満は乳児肥満といって、歩けるようになって運動量が増えたと、どんどん体がしまつてきます。ただ、心配なのは、3～6歳にかけて太ってきた場合。そのまま肥満につながりやすいので、注意しましょう。

食生活の見直しを

スナック菓子やジュース類のとりすぎに注意しましょう。



意識的に体を動かして

肥満気味の子は、体を動かすことを避ける傾向があります。本人の好きなあそびで、楽しく体を動かすようにしていきましょう。

