

11月



# ほけんだより

季節の変わり目で、朝夕冷え込む日もあると思います。これからの季節は、空気が乾燥し、ウイルスに感染しやすくなります。手洗いうがいを励行し、体調を崩さないように衣服の調整や、旬の栄養豊富な食べ物を食べて免疫力を高め、病気に負けない身体を作って行きましょう。



令和3年11月5日  
第二王子町保育園  
後藤 宮子



## インフルエンザについて

### ～内科検診と歯科検診のお知らせ～

歯科検診……11月17日(水) 10:30～  
内科検診……11月25日(金) 15:00～



※出来るだけ欠席のない様、お願いします。

ぶどう組以上になりますと、「虫歯」の指摘を受けています。虫歯があった場合は、出来るだけ早く受診して治療して下さい。

### インフルエンザの特徴

突然高熱が出てぐったりします。喉の痛みや頭痛、筋肉痛も見られます。ほぼ同時か、少し遅れて咳や鼻水が出てきます。肺炎を起こしたり、熱性けいれんを起こすこともあります。



### 家庭で気をつけること

休む:家で寝ているのが一番大事です。  
水分:水分を十分取らせて下さい。  
食事:お子さんの好きなので良いので、少しずつこまめにあげてください。  
入浴:高熱がなく、元気であれば、入ってもかまいません。  
※湿度は50～60%、室温20～25度前後に！

### ～病児保育園のお知らせ～

#### 「さくらいろ保育園」のご案内

- ☆感染症にも対応(インフルエンザ・ノロウイルス・手足口病)
- ☆8時～最長19時まで開園
- ☆病院受診の代行(保護者に代わって小児科を受診)
- ☆完全個室
- ☆保育園へのお迎えも急行(保育園の急な呼び出しにも安心)

以上のような内容を対応します。会員制です。  
(入会金等は必要になります)

詳しくはホームページもありますので参考にしてください。  
後日、チラシを配布予定です。

発症後5日間を経過し、かつ解熱した後2日(幼児は3日)を経過するまでは、出席停止です。

### 予防が最大の治療法です

生後6ヶ月からインフルエンザワクチンの予防接種が受けられます。

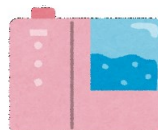
お願い

朝、お子様をお預かりする際に、前日にご家庭で普段とは違うことが起こったり体調に係るようなことがあった場合は、まずは、口頭でお伝えください。ノートに書いて頂いていますが、ノートを拝見するタイミングが遅くなる場合がございます。どうぞ、宜しくお願いします。

例)・転倒して、頭を強く打った ・プラスチックの小さなおもちゃを飲み込んだかも知れない  
・熱は無いが嘔吐した など。

加湿器のこまめな清掃。

定期的な換気を忘れずに



加湿器の出番です。上手に使って快適なお部屋に！