



12月ほけんだより

令和7年 安中ひかりこども園

早いもので、今年も後1ヵ月となりました。気温や湿度が下がり、感染症が流行しやすい季節です。こども園では引き続き手洗いやうがいの徹底を呼びかけ、子どもたちが元気に過ごせるよう努めていきます。



11月感染症報告

- ・インフルエンザA型
 - ・マイコプラズマ肺炎
 - ・リンゴ病（伝染性紅斑）
- *全国的にインフルエンザが流行していますが、こども園でもインフルエンザA型の流行がありました。

保健室からのお知らせ

- ・3.4.5歳検尿について
10月に行われた検尿結果が返ってきました。提出された検査については異常なしでした。
 - ・3歳 視力検査 終わりました。
 - ・4歳 聴力検査 終わりました。
- 受診が必要な子どもには受診勧告の用紙を配布していますので早めに受診し、用紙を保健室に提出してください。

4歳児 歯科衛生士によるブラッシング指導について

4歳児 歯科衛生士によるブラッシング指導がありました。園医の新門先生も来てくださり、子どもたちは楽しく、歯と歯ブラシの動かし方について学びました。歯を大切に守るためにはどうしたら良いか、子どもたちが教えていただいた3つの約束をお伝えします。

- ①おやつは時間を決めておやつ時間に食べる。ダラダラと食べない。
 - ②よく噛んで食べる。
 - ③歯磨きは1本ずつ 歯ブラシは細かく動かす。
- 歯磨きは風邪予防に役立つと言われています。口腔内を清潔に保つことはウイルスの体内への侵入を防ぐことができます。
- 親子で歯みがきをして、元気に冬を乗り越えましょう。
- 4歳はブラッシング指導後、園での歯磨きを始めています。



お腹の風邪＝感染性胃腸炎(ウイルス・細菌)について

嘔吐や下痢などの感染性胃腸炎が流行る季節になりました。お腹の風邪と診断されることがありますが、お腹の風邪は感染性胃腸炎と同じです。ノロウイルスは少量のウイルスでも発病するため人から人への感染が起こります。

感染を広げないための3つのポイント！！

- ① 汚物はすぐに拭き取る・乾燥させない！
- ② きれいに拭き取ってから消毒する (塩素系漂白剤を使用しましょう)
- ③ しっかり手洗いをする



登園基準

医師の診断を受け、保護者が記入する登園届が必要な感染症【B】です。登園届（オレンジの用紙）に記入して提出してください。

登園のめやす

嘔吐・下痢症状が治まり、普段の食事がとれること

お願い

- ・嘔吐や下痢便で汚れた衣類等については、二重の袋に密閉してご家庭に返却します。ご家庭で消毒をお願いします。
- ・こども園は集団で生活しているので感染拡大しやすい環境です。自宅で見ることがあれば職員にお知らせください。体調がすぐれない時は、病院を受診してください。
- ・熱がなくても、嘔吐や下痢の症状がみられる時はお迎えをお願いすることがあります。ご協力よろしくお願いします。

*嘔吐後の豆知識 水分編

のどが渴いたからといって、水などを飲ませると、かえって吐きやすくなるので気をつけてください。



吐き気が治ったら、スプーンでひと口ずつ水分を飲ませ、徐々に増量しましょう。

