



今年のカレンダーも最後の1枚となり、ジングルベルが響いてくる季節となりました。子どもたちは寒さに負けず元気に遊んでいます。感染症の流行しやすい時期です。楽しい時期を元気に過ごせるように、手洗い、うがいをしっかりして体調を整えていきましょう。

感染症の季節を乗り切りましょう

こんな時はお家で様子をみましょう

冬の感染症が流行しやすい時期になりました。小さい子どもほど感染症にかかると進行が早く、重症化する恐れがあります。体調不良のサインがあったら、早めに休ませたほうが早く回復します。無理をせず、ご家庭でゆっくり過ごして様子を見てあげましょう。

前日から

24時間以内に

- 下痢を繰り返す
- おう吐が何回かあった
- 38℃以上の発熱
- 解熱剤を使った
- けいれんを止める薬を使った



どれか1つでも当てはまる場合は、症状が治まったかどうか見極めたり、体力を回復させるために様子を見ましょう

夜中に

- 咳やぜーぜーであまり眠れなかった

熱が無くても睡眠不足や咳は体力をうばいます。

薬の効き目で症状が抑えられている時に無理をすると、ぶり返す恐れがあります。

朝に・・・

- 体温が37.5℃以上
- 平熱より1℃高い

朝は通常体温が低めです。朝から高めの時は、日中熱が上がる危険があります

朝食を食べたら

- 吐いた
- 下痢した

体調が悪くなりつつあるサインかも・・・

ちょっとした変化を見逃さないで

- 目ヤニがいつもよりひどい
- 発疹がある
- 元気がない 機嫌が悪い
- 顔色が悪い



子どもは体調をうまく伝えられません。「いつもと違う」サインを見逃さないようにしましょう。気になる時は、朝、登園時に職員までお知らせ下さい。

健康状況

病気で休まれるお子さんは少なく、元気に登園されていますが、咳や鼻水が出ているお子さんが多くおられます。市内でインフルエンザが流行しているところもあるようです。体調に気を付けましょう。

保健行事予定

19日(木) 身体計測



インフルエンザにご注意ください

冬は空気が乾燥して、ウィルスが空気中を浮遊しやすくなり、インフルエンザが流行しやすくなります。インフルエンザは感染力が強く、子どもたちの間で流行しやすいため、登園できない期間（登園停止期間）と登園できる目安が決まっています。

インフルエンザにかかったかも？と思ったら・・・

① 受診しましょう

39℃を超えるような高熱、頭痛、関節の痛みなどができます。受診して検査を行えばインフルエンザかどうか分かりますが、発症後12時間以内では正しい結果が出ないことがあります。

② しっかり治しましょう

症状が治まり、元気になるまで休みましょう。

園へのご連絡をお願いします

インフルエンザの診断を受けた時は、園に連絡をお願いします。

登園再開の目安が決まっています

インフルエンザにかかったら、登園再開には

- ・熱が出て（発症）から5日たっている
 - ・熱が下がって（解熱）から3日たっている
- この2つを満たしていないと登園できません。

登園再開には、登園報告書が必要です

登園再開される時は、保護者の方が記入された『登園報告書』の提出をお願いします。
(用紙は園のHPよりダウンロードできます)

発熱日数	発症日当日	発症後1日	発症後2日	発症後3日	発症後4日	発症後5日	発症後6日	発症後7日	発症後8日	発症後9日
1日	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	OK			
2日	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	OK			
3日	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	OK			
4日	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	OK	OK		
5日	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	OK	OK	OK	



発熱



解熱



元気



OK 登園OK

元気っ教室：2歳児「歯の磨き方」

「ぶくぶくうがい」がとても上手にできるようになったので、虫歯のないキレイな歯を守るために、『歯磨き』ができるようにステップアップすることにしました😊
My歯ブラシをもって嬉しそうな、ばんび組のお友達！
食具を持つ手でしっかり歯ブラシを握って、上の歯・下の歯・歯の表面としっかりシャカシャカ磨くことが出来ました🎵
丁寧な歯磨きを続けていきましょう！

