

ほけんだより

2025年12月号

あおぞら保育園

今年も最後の月となりました。1年で一番昼間が短い冬至は冬の真ん中と言われますが、実際には冬の寒さはここからが本番です。寒さに加えて、感染症も心配な時期です。こまめな手洗いや水分補給などを欠かさず体調管理に気を付けて過ごしましょう。

12月の保健予定

- 2日 ひよこぐみ身体測定
- 3日 りすぐみ身体測定
- 4日 うさぎぐみ身体測定
- 8日 ぞう・きりんぐみ身体測定
- 9日 らいおんぐみ身体測定
- 25日 園医診察(ひよこぐみ)



インフルエンザの登園基準について

インフルエンザにかかった場合は登園時保護者の方に記入していただく登園届を提出していただいています。

出席停止期間

- ・発熱など発症日を0日目と考えると5日目まで
- ・解熱を確認した日を0日目と考えると3日目まで

小学生以降は解熱後2日間となっていますが、乳幼児の場合1日長く決められています。特にご兄弟がいる方は間違えやすいと思いますのでご注意ください。

乳幼児の場合、抗ウィルス剤の効果で発熱期間は短くなってもウィルスの排泄が長期にわたって続いたためだそうです。流行予防のためにもご協力をよろしくお願いいたします。



マスクの3つの効果

1. 通さない
ウィルスは咳やくしゃみのしぶきに混じって飛び散り、周りの人の鼻やのどに入って感染します。マスクでしぶきが直接かかるのを防げます。
2. 近づけない
ドアノブや手すり、机などを触って手指についたウィルスが無意識に口や鼻をふれる事で体に入り感染してしまうことがあります。マスクは直接口鼻に触れる機会を減らせます。
3. 追い出す
マスクで鼻やのどの湿度を上げるとウィルスを追い出す繊毛が活発に働きます。

自分がかぜをひいて咳がでる時はもちろん人の多いところにはウィルスがたくさんいるので、マスクをしていると予防になります。

