

ほけんだより

2021年7・8月号

あおぞら保育園

まだまだ雨の日も多くありますが、いよいよ7月に入り本格的な夏が近づいています。
先月は乳児クラスを中心にRSウイルスや溶連菌など感染症の流行がありました。
コロナウイルスを含め、多くの感染症に効果のある手洗い・うがいで予防に努めましょう。

保健予定

7月

5日 ひよこぐみ身体測定
6日 りすぐみ身体測定
7日 うさぎぐみ身体測定
8日 きりん・ぞうぐみ身体測定
9日 らいおんぐみ身体測定
29日 園医診察日(ひよこぐみ)

8月

3日 ひよこぐみ身体測定
4日 りすぐみ身体測定
5日 うさぎぐみ身体測定
6日 きりん・ぞうぐみ身体測定
10日 らいおんぐみ身体測定
26日 園医診察日(ひよこぐみ)



☆ 手洗いはコロナよりも強い ☆

コロナウイルスは体に入ると増殖できますが表面にくっつくだけなら時間がたつと壊れてしまいます。手についたウイルスを体に入る前に洗い流してしまうのが手洗いです。

手洗いはたとえ流水だけで行ったとしてもウイルスを100分の1に減らす事ができますさらに、石けんを使うとコロナウイルスの脂肪膜を壊すことができるので効果が高くなりハンドソープで10秒もみ洗い後に流水で15秒すすぐとウイルスは1万分の1まで減らせます！

接触感染を防ぐのに最も有効な方法である手洗いはすべての細菌やウイルスに効果的です。食事の前後や帰宅時などこまめにおこないましょう。



夏のペットボトルにはご注意を

外出時の水分補給に便利なペットボトルですが、夏は特に注意が必要です。

☆ 食中毒

直接口をつけて飲むペットボトルは細菌が入り込んで食中毒を起こす事も。常温で持ち歩いた場合は約2時間で飲用に適さない状態になるとも言われています。

☆ 爆発

口をつけて飲んだ時に入った細菌が繁殖してガスが発生しボトル内の圧力が高まりフタをゆるめたらキャップが飛んで目を直撃した事例もあるそうです。

☆ ペットボトル症候群

清涼飲料水やスポーツドリンクには大量の糖分が含まれていて、一度に飲みすぎると急性の糖尿病のようなものになってしまう可能性があります。

