



ほけんだより

2月号



● 節分の豆にご注意



節分の豆は5歳以下まで
食べさせないで！

2020年に他県の保育園の節分行事で4歳の子どもが、豆を詰まらさせて死亡する事故が起こり、各団体が危険を呼びかけています。（『食べさせないでください』と表記している製品もあります）



硬くてかみ砕く必要のある豆やナツツ類は

5歳以下の子どもには食べさせないでください

リスクその1 のどや気管に詰まると窒息しやすく大変危険です。

小さく碎いた場合でも、気管に入り込んでしまうと肺炎や気管支炎になるリスクがあります。

リスクその2 鼻や耳に入れてしまう事故も起きています。

奥に入ってしまって取れなくなったり、内部を傷つけてしまう危険性があります。

リスクその3 ナツツ類はアレルギー反応を起こすことがあります。

近年ナツツアレルギーは急増しており、1-2歳のアレルギー原因食物2位、3-6歳では1位となっています。



節分の豆まきは個包装されたものを使用するなど工夫して行い、

5歳以下の子どもが拾って口に入れないように、後片付けを徹底しましょう。

日本小児科学会・消費者庁・他より

● 冬の便秘にご注意

こんな便は要注意！

空気の乾燥と腸の動き、冷えが関係しています。

〈乾燥〉

冬場は空気が乾燥しているが、この乾燥は腸の粘膜にも影響します。腸の粘膜が乾燥し水分が不足すると便が硬くなるため排出が難しくなり便秘の原因となります。

〈腸の動き〉

冬場は外遊びが減り、屋内で過ごす時間が多くなります。そのため運動不足によって腸の動きが鈍くなり、便秘の原因となります。

〈冷え〉

体が冷えると血行が悪くなり、腸の血流量が減少します。

運動不足に加えて血流量の減少も腸の動きを鈍くさせます。

うんちの状態チェック！

- 便がコロコロした小さな塊
- 便が少量ずつしか出ない
- 少量の便が何度も漏れる
- トイレが詰まるほどの大量の便



便秘かしら？と思ったときや

排便時、お子さんが困っていたときは 迷わず受診を！

● 2月5日は 笑顔の日

笑顔がもたらす健康効果



免疫力が上がる



幸福を感じる



記憶力が上がる



ストレスがやわらぐ



コミュニケーションがスムーズになる

ぱれっとの安全への取り組み

不審者対応訓練をしました！

多摩中央署から3名の講師を迎え、子どもたち、職員の安全確保を目的に訓練を実施しました。実際に動いてみると気づくことがたくさんあり、さすまたの使い方や職員間の連携の重要性をあらためて感じました。今回の経験を生かし、もしもに備え職員一同気を引き締めて保育にあたろうと、あらためて思いました。

今月の予定

- | | | |
|--------|-----------|------|
| 2日(月) | もみじ組 | 身体測定 |
| 3日(火) | あんず組 | 身体測定 |
| 4日(水) | たんぽぽ組 | 身体測定 |
| 5日(木) | もり組 | 身体測定 |
| 9日(月) | うみ組 | 身体測定 |
| 10日(火) | にじ組 | 身体測定 |
| 26日(木) | 園医診察(0歳児) | |

1月の感染症状況

インフルエンザ うみ組 1名
溶連菌感染症 もり組 1名