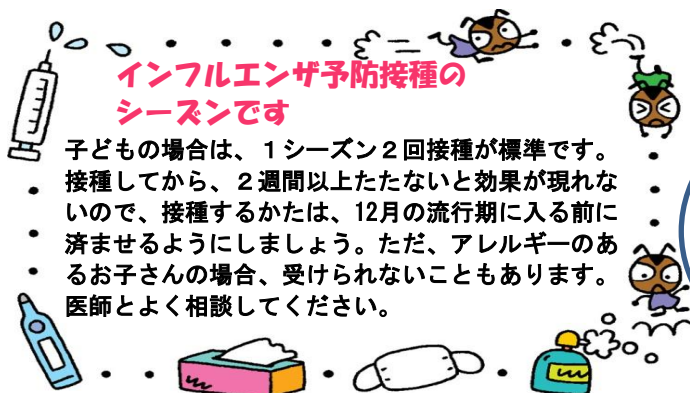




11月のほけんだより

わかば保育園
令和7年11月

朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。一日のうちの寒暖差が激しいと、かぜをひきやすくなります。これからやってくる本格的な冬に向けて、かぜに負けないようぶな体作りを心がけましょう。インフルエンザ・溶連菌が流行しています。手洗い・うがいを引き続きお願い致します。



インフルエンザ予防接種の シーズンです

子どもの場合は、1シーズン2回接種が標準です。接種してから、2週間以上たないと効果が現れないので、接種するかたは、12月の流行期に入る前に済ませるようにしましょう。ただ、アレルギーのあるお子さんの場合、受けられないこともあります。医師とよく相談してください。

鼻水・鼻づまり

鼻水や鼻づまりをほうっておくと、鼻やのどの粘膜が炎症を起こし、ほかの病気の原因になることもあります。鼻水・鼻づまりが気になったら、早めに病院を受診しましょう。そして家庭では、鼻水が出たらふく、鼻がつまったらかむ、という生活習慣が身につくよう、繰り返し伝えていきましょう。



動きやすい服装

最近の子どもたち、とってもおしゃれになりましたね。ただ、ふだんの服装は、「活発にあそべる」という点を優先していただきたいと思います。これから訪れる寒い冬も快適に過ごす服装を、考えてみましょう。

下着を着る

保温性・吸湿性を考えると、綿100%で半そでのものがいちばん。ただ、古くなると目が詰まって保温力が低下するので気をつけましょう。Tシャツは、下に着るとごろごろして動きにくくなるので、下着の代わりにはなりません。



薄手の重ね着

重ね着をすると、服と服の間に体温で温まった空気の層ができ、厚手のもの1枚着るより保温性が高まります。薄手の重ね着なら、動きやすく機能的です。

着脱しやすいもの

ファッション性よりも、ボタンやホックをはめやすく、ひとりで着脱しやすいものがよいでしょう。

※年長児はMR7ワクチンを就学までに受けて下さい。

新型コロナウイルス登園の目安

- 「発症した後、5日を経過、かつ症状が軽快した後1日を経過する事」

※無症状の感染者の場合は検体採取日を0日目とし5日を経過する事。

令和7年3月より、厚生労働省より保育園での健康診断の注意すべき点が見直されています。身体的・視覚・聴覚・言語・運動発達等、何か気になる事があれば、ささいなことでも御相談下さい。ご家庭と園で大切なお子様を見守って行きましょう。

- 子どものけんしん
- ①受付時間
13時～13時25分
- ②持ってくる物
母子手帳・送付した問診票
(事前に記入をしてください。)
- ③会場
川崎町保健センター
- ④電話番号
0947-72-7083

- ★乳児けんしん
11月13日(木)
- ★1歳6カ月けんしん
11月27日(木)
- ★保健なんでも相談
11月7日(金)

