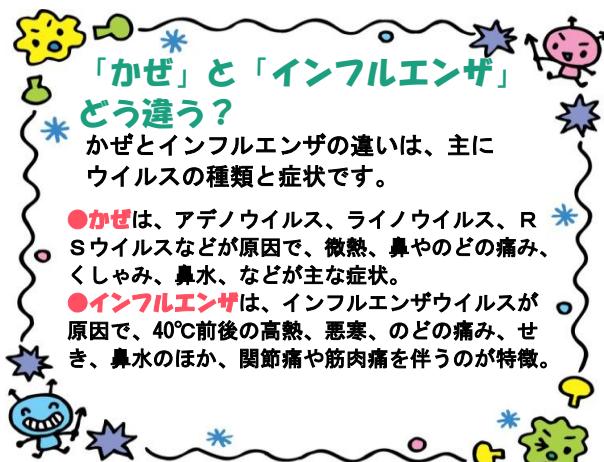




1月のほけんだより



あけましておめでとうございます。年末年始のお休みはいかがでしたか？
毎日冷え込み、体調を崩しやすい時期です。気持ちも新たに、健康管理に留意しましょう。



冬の肌荒れ対策

空気が乾燥する冬は、お肌も乾燥する季節。特に子どもは、肌のバリア機能が未発達のため、荒れやすいのです。日々のケアを心がけ、デリケートな肌を守りましょう。

外遊びや手洗いのあと、冬の寒風に地肌をさらさない。



家庭でできるインフルエンザ予防

インフルエンザがはやっています。家庭でできる予防法を実践し、ウイルスに負けない体を作りましょう。

うがいと手洗い
外出後は必ず、うがいとせっけんを使った手洗いを習慣にしましょう。



室内の温度・湿度を

室温16~18°C、湿度60%前後が目安です。特に乾燥には要注意。加湿器などをじょうずに使いましょう。



外出時にはマスク

感染予防にもなりますが、マスクのもうとも大きい効果は、ウイルスをまき散らさないことです。



●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 1月8日（木）

☆1歳6ヶ月けんしん 1月22日（木）

☆保健なんでも相談 1月9日（金）

～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。

※登園時には医師の意見書が必要になります。

皆様方のご協力をお願い致します。



年長児は就学までにMRワクチンの接種をお願い致します。