

2023年

2月

ほけんだより

中宮まぶね保育園

寒いが続いていますが、2月3日には立春を迎え少しずつ春に近づいています。体調に気を付けて元気に遊び寒さに負けない丈夫な身体を作りましょう。



1月の保健指導

「姿勢を正しくしよう」

なんか、お腹が
痛くなってきた...

姿勢の悪いやつは
いないか〜?



あすかちゃん
大丈夫?

ちゃんとお腹と
机を仲良しして
ご飯を食べるよ!

〜豆まきの「豆」窒息や誤嚥に注意しましょう〜

子ども達は、節分の「豆まき」を楽しみにしています。楽しい保育園行事や家族行事になっている節分の豆まきですが、煎り大豆の窒息には要注意です。消費者庁は窒息や誤嚥を防ぐため、硬い豆やナッツ類など、硬くてかみ砕く必要がある食品は、5歳以下の子どもには食べさせないよう呼びかけています。咽頭や気管に詰まると窒息しやすく、大変危険です。小さく砕いた場所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。



- ・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、小さい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。
- ・兄弟がいる家庭では、兄弟が豆やナッツ類を食べている際、5歳以下の子どもが欲しがっても与えないようにしましょう。

保湿剤の塗り方について

- ① 手を清潔にして、保湿剤を指先に取り。
- ② 保湿剤を塗るところに点在させる。
- ③ 指の腹や手の平を使ってやさしく丁寧に伸ばす。
 - ・小鼻のわき、わきの下、手足の指と指の間、膝の裏側、足の甲や足首のくびれなど、塗り残しのないようにする。
- ④ お風呂上りに塗ると効果的。
 - ・皮膚が水分を吸収している入浴後（できれば5分以内）に塗るのが効果的。
- ⑤ 軟膏が硬いときは手の平などで温める。
 - ・ワセリンなどの軟膏は、寒い時期は硬くなるので手の平で少し温めて柔らかくしてから塗ります。硬いまま塗ると、皮膚に力がかかり、皮膚を傷つけてしまうことがあります。



1月に報告があった感染症

溶連菌感染症 2名

インフルエンザ罹患後の医師の意見書は登園基準を満たしていれば「今年度は不要」です。

○インフルエンザウイルス感染症の登園基準

「発症後5日を経過、かつ解熱後3日を経過している事」

※インフルエンザ以外の感染症（医師の意見書が必要なもの）は、医師の意見書を記入してもらってください。