



つくしんぼだより 11月号

平成30年10月25日
石原かがやきこども園
体調不良児保育
担当：鈴木：青木

寒いからといって、必要以上に厚着をさせていませんか？ 外遊びが大好きな子どもたちは、寒空の下でも元気いっぱい走り回っています。厚着をし過ぎると思うように体を動かすことができないので、寒さは上着で調節し、できるだけ活動しやすい服装で遊ばせましょう。



11月8日は

いい歯の日

今日は何の日！？

「いい歯」を保つためには幼い頃からのケアが大切です。毎日の習慣として、寝る前の歯みがきは欠かせません。（可能であれば毎食後）。自分で磨けるようになって、大人が確認をして仕上げ磨きを行いましょう。ブクブクうがいも忘れずに。今年も高崎歯科医療センター衛生士による歯科保健指導が11月12日に予定しています。歯のお話(紙芝居)や歯みがき指導などをしてくれます。年長児は生え変わりや6歳臼歯も生えてくる時期です。しっかり磨けるようにしましょう。



11月9日は換気の日

「いい空気」と読ませることから換気の日と言われています。暖房器具を使用中に換気が不十分な状態が続くと一酸化炭素中毒で意識を失うこともあります。空気(風)の通り道を作り、1時間に1回、5分程度の換気を心掛けましょう。

11月12日は皮膚の日

気温が低く空気が乾燥していて、肌荒れが気になる季節です。皮膚の表面がカサカサになると、保護機能が失われトラブルが多くなります。お風呂上りの就寝前と朝の着替えの時に保湿剤を塗って、皮膚の乾燥を防ぎましょう。毎日続けることがポイントです。



予防接種について

インフルエンザ・・・インフルエンザの予防接種は発症を抑え、肺炎や脳炎などの合併症を防ぐ重症化防止効果があります。ワクチンは効果を発揮するまでに約2週間かかり、5ヶ月位期待できます。急性の病気にかかっている場合や、発熱している子は予防接種を避けたほうがよいでしょう。

MR(麻しん・風しん) 混合ワクチン・・・接種時期は1期を1才になってすぐ。Ⅱ期は年長組の1年間です。麻しんも風しんも今年は全国で罹患者が多く感染拡大が懸念されます。子供だけでなく、大人の方も罹るので注意が必要です。

その他・・・予防接種の種類や受ける回数が多いものがあります。四種混合や日本脳炎など追加接種はⅠ期初回から1年から1年半後の間に受けるものもあります。母子手帳を確認していただき、受け忘れないようにしましょう。

* 秋から冬にかけて流行る病気 RS ウイルス

病気の説明 大人や学童では、発熱、鼻水、鼻づまり咳などの風邪症状を引き起こします。幼児が感染すると、喘息によく似たゼーゼーと苦しい咳をすることがあります。6ヶ月未満の乳児では細気管支炎を起こすことがあります。中耳炎もよく起こします。

家で気をつけることは 鼻を吸い取ってあげましょう。

部屋の温度は20度以上の高めにし、洗濯物を干したり、加湿器を置いたりして湿度を保つようにしましょう。

今月は発熱で早退する園児が増えてきています。発熱した次の日はむりをせず、ゆっくり休みましょう。仕事でどうしても休めない時は病時保育の施設もあります。案内を玄関の登降園のカードをかざす機械の横にあります。利用の際には事前登録等必要です。