

早いもので、今年も後1ヵ月となりました。今年はマスクの着用や手洗いうがいをしっかりしているのがコロナ以外の感染症が少ないそうです。このまま気を抜かずに感染症対策を続けて病気にかからないようにしましょう。

## 保育園でのマスクの着用について

再びコロナの感染者数が増加してしまい、感染の不安も増してきました。予防策としてのお子様のマスク着用についても悩ましいところでもあります。日本小児科学会で『乳幼児(特に2歳未満)のマスク着用は危険である』とのことから推奨されていません。子どもがマスクを着用する場合は、いかなる年齢であっても、保護者や周りの大人が注意することが必要です。このことを受け保育園では以下のルールを実施させていただきます。

1. マスクの管理は自分でできるようおうちで教えてあげてください
2. マスクを外した場合は袋やケースに入れて管理しますので忘れないでください
3. 使い捨てのマスクを使いまわさない、洗えるマスクとケースは毎日必ず洗ってください
4. お散歩や午睡時ははずさせていただきます
5. 必ず記名をしてください。無記名で落ちていた場合は処分させていただきます
6. 強制ではありませんので本人が嫌がる場合は無理強いしません
7. マスクの正しい着用方法や取り扱い方法をおうちで教えてあげてください
8. リバーシブルのマスクは裏表を間違えてしまうので避けてください

## 冬休みの 過ごし方

長いお休みに入るとメリハリのない生活になりやすいので、なるべく決まった時間に寝起きし、決まった時間に食事を摂るようにしましょう!! また1日に数時間は日光を浴びセロトニン(幸せホルモン)を出しましょう! セロトニンには体内時計の調節や記憶力の向上などたくさんの効果があります。ママの美容効果も!! みんなの幸せを願っています。少し早めですが

Merry Christmas!!

冬は風邪や皮膚の病気で病院にかかることが多いと思いますがお薬が処方された場合、自己判断で中止をしたり、飲ませ忘れ、塗り忘れの無いようにしてください。また症状が改善されない場合は、病院を変えるなどしてセカンド・サードオピニオンを作っておきましょう!!

また処方された場合、お薬の説明書をお持ちください。保育園でお子様が急に受診することになった場合や発疹が出た場合、または急変時に必要になりますので、必ずご提出をお願いします。