



# ほけんだより 11月号

2023年11月1日  
いちご保育園  
看護師 佐々木

秋になり、葉っぱの色が赤や黄色へと美しく色づき始めました。子どもたちはお散歩でどんぐり拾いを楽しんでいます。冬にむけてインフルエンザの予防接種も始まっています。一度もインフルエンザに罹ったことのない子どもたちは罹患すると重症化しやすいと言われています。是非予防接種を受けましょう。

## 11月保健行事予定

14日(火)身体測定

15日(水)乳児健診(0歳)、

全園児健康診断(3歳児)

全園児健康診断(後期分)については、毎月1度の乳健診時に順番に行ってまいります。

4歳児→12月、5歳児→1月

16日(木)全園児歯科検診 9時30分～

当日お休みの方は、個別に「よりこデンタルクリニック」に受診していただきます。

★当日の朝、歯みがきをしてきて下さい。



### ★保健よりお願い★

インフルエンザワクチンを接種した方は、園までお知らせください。

### <インフルエンザ予防接種について>

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、半年程度効果が期待できます。

## 今日は何の日!?

### 11月8日は「いい歯の日」

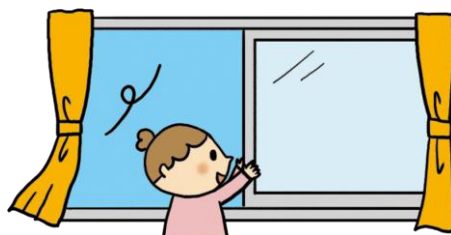
自分で歯みがきをする子も増えてきたと思います。自分でみがける子でも、最後はきちんと仕上げみがきをしてあげましょう。歯みがきを苦手とするお子さまは、おうちで歯みがきカレンダーをつくるなど、歯みがきに興味を持たせるところから始めます。歯みがきができればカレンダーにシールを貼ったり、スタンプを押してあげましょう。



きれいにみがけているかの歯みがきチェックや仕上げみがきは虫歯予防のために行うようにしてください。

### 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きます。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)の通り道をつくり、1時間に1回、5分程度の換気を心がけましょう。



### 11月12日は「皮膚の日」

空気が乾くこの時期は皮膚がかさかさになったり、かゆくなったりと乾燥肌が気になります。タオルでゴシゴシと強くこすらず、お風呂上がりには保湿クリームを塗りましょう。



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30