



ほけんだより 12月号



2025年11月28日

いちご保育園

看護師 佐々木

先月から続いておりましたインフルエンザの流行がようやく落ち着いてまいりました。登園のご判断や受診の手配、園へのこまめな連絡など多くのご協力をいただきありがとうございました。冬はこれから始まりますので、睡眠、食事、運動のバランスに気をつけて元気に過ごしましょう。



12月の保健行事予定

- 9日(火)●身体側定
- 10(水)●乳児健診(0歳)
●内科健診(4歳)
- ※他のクラスのお子さんも気になることや園医に相談がある場合には、当日一緒に診てもらいますので前日までにお知らせください。

- ★先月の歯科健診欠席のお子さんに、個別で受診していただく用紙を配布しています。受診期限が12月25日(木)となっています。必ずお電話で予約を取りってから受診してください。



❀ 食 ○ 咳エチケットについて ○ 食 ❀

先日、アプリでもお知らせしましたが、咳がひどい時はおうちからマスクをして登園をして下さい。マスクには記名を忘れず、予備のマスクもかばんに入れてご用意ください。活動内容によって保育士の判断ではざせて頂きます。

ももぐみ・ばななぐみ・みかんぐみの乳児クラスは、安全のため園でのマスクの着用はできません。登園時についていたマスクは、園に着いたら外して頂くようお願いします。



年末年始の子どものあんぜん ~よくある事故と気をつけたいポイント~ 良いお年をお迎えください!

① けが(転倒・転落)

- ・大掃除で家具の配置が変わったり、床に物が増えたりしてつまずきやすくなります。
- ・踏み台や窓枠・ソファなど、よじ登りやすい場所には注意しましょう。
- ▶ 対策:床に物を置かない・高いところに登れないようにする

②誤飲・窒息

- ・おもちゃなどふだん食べられない子は喉につまらせないように注意しましょう。初めて食べるものは気をつけましょう。
- ・お正月飾り、小さなおもちゃ、薬、ナツツ類など誤飲しやすい物が増えます。
- ▶ 対策:小物は手の届かない場所へ/特に3歳未満の飲み込みには要注意

感染症 ~家庭内感染を防ぐために~
冬は、風邪・胃腸炎・インフルエンザなどが家庭で広がりやすい時期です。特に、兄弟姉妹間での‘もらってうつす’の連鎖が多いので、家庭内でのちょっとした工夫が役立ちます。

★家庭で病気のお子さんがいるときの予防の工夫

- ・マスクを着けることができる人は家中でも着ける。
- ・こまめに換気をする。
- ・タオルを共有しない(1人1枚)
病気の時はペーパータオルにするのも有効。
- ・コップ・食器の共有をしない。
- ・可能であれば、寝る場所を分ける。
難しければ、少し離す/布団を分ける。
- ・使ったおもやはアルコールなどで拭き取る。
- ・ドアノブやリモコンなど、みんなが触る場所を定期的にアルコールで拭き取る。

★嘔吐や下痢がある場合は

- ・大人が手袋・マスクをして処理し、換気を行う。吐物はペーパータオルで覆い、ハイターを薄めた水で拭くのが良い。

②咳エチケット



何もせずに
咳やくしゃみをする



咳やくしゃみを
手でおさえる

3つの咳エチケット



電車や職場、学校など
人が集まるところでやろう

マスクがない場合
とつきの時



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)



ティッシュ・ハサカチで
口・鼻を覆う



袖で口・鼻を覆う



マスクを着用します。



ティッシュなどで鼻と口を覆います。



とっさの時は
着や上着の内側で覆います。



周囲の人からなるべく離れます。

③やけど

- ・寒くなっていますので、熱いものを扱う機会が増えます。
- ・ケトル、テーブルのふちに置いたお鍋や、炊飯器の蒸気にも注意!
- ▶ 対策:コード・鍋の持ち手を子ども側に向けない/キッチンには近づけない

④交通事故

- ・買い物や外出が増える時期です。
- ・車の乗り降り時の事故が多く、急に道路へ飛び出してしまうこともあります。

- ▶ 対策:必ず手をつなぐ/チャイルドシートは正しく使用する

⑤水まわりの事故

- ・お風呂の掃除中や準備中に、ちょっと目を離したときに溺れかける事故もあります。

- ▶ 対策:浴槽に水がある時は絶対に一人にしない

- お風呂が終わったら水すぐに抜く