



ほけんだより

1月号

令和8年1月5日
西国分寺保育園
園長 奥野 かよ
看護師 久保田 佐原 山本

新しい1年がスタートしました。年末年始は楽しく過ごせましたか？
今年はどんな1年になるか楽しみです。食事・運動・睡眠のバランスを大切にして、今年も元気に過ごしていきましょう。本年も宜しくお願いいたします。

寒い時期のけがや病気に注意！

こんなことに気を付けましょう



ポケットに手を入れたまま歩かないようにしましょう



1時間に1度、換気をしましょう



感染症にならないよう、人の多い場所は避けましょう



手洗い・うがいをこまめにしましょう



咳エチケットを守りましょう



乾燥しないよう加湿器をつけましょう



早寝早起きをしましょう



感染症胃腸炎が流行する時期です



感染性胃腸炎は、ノロウイルスやロタウイルスが原因の胃腸炎で吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。

下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水にならないように、こまめに水分補給を心がけ、休息をとるようにしましょう。また吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処置をして、片付け後は手洗い・うがいをきちんと行うようにしましょう。

★感染性胃腸炎と診断された場合、「登園届（保護者記入）」が必要となります。

12月の感染症

- インフルエンザA型 14名
- 伝染性膿痂疹（とびひ） 1名
- 突発性発疹 1名
- 溶連菌感染症 1名

※上記感染症の場合、登園する際に「登園届（保護者記入）」、「インフルエンザ等登園届（保護者記入）」の提出が必要です。

1月の保健行事予定

- 8日（木） 0歳児身体測定
- 9日（金） 1歳児身体測定
- 15日（木） 2歳児身体測定
- 16日（金） 幼児身体測定
- 28日（水） 0歳児健診

