

ほけんと豆まき 2月

2021年2月1日
大宮みちのご保育園

暦の上では春になりますが、まだ寒さが続きます。新型コロナウイルスによる二度目の緊急事態宣言の中、自分で何ができるのか、子どもたちは年齢なりに何ができるのかを考えながら、新しい生活様式に対応した健康づくりができるようにしていきます。ご家庭でも何に気をつけていけば良いのか、お子さんと話し合い生活の中に取り入れられるようご協力ください。

冬は空気が乾燥しているため、鼻やのどの粘膜が弱くなりコロナだけでなくかぜやインフルエンザにかかりやすくなります。部屋の加湿や積極的な水分補給だけでなく、マスクをつけることでも乾燥を防ぐことができます。

暖房をつけていると忘れがちですが、定期的な換気で空気の入替えも忘れないようにしてください。

お部屋の
温度は 18～20度
湿度は 40～60%
1時間に1回は換気をしましょう



加湿器のお手入れはしていますか？

発熱・せき・だるさ・息苦しさなど新型コロナウイルス感染と同じ症状が加湿器内に繁殖したカビや細菌が原因になることもあります。タンクの水は毎日取り換え、定期的にフィルターを掃除して正しくメンテナンスしましょう。

まさか豆で?!こんな事故に気をつけて

節分と言えば豆まきですね。1年の無病息災を願ってまく豆ですが、思わぬトラブルを招くことがあります。



小さい子どもは、かみ砕いたり飲み込んだりする力が不十分なため、豆が気道に入りやすく、肺炎を起こすことも。また、気道が狭いので窒息した例もあります。

消費者庁は.....

5歳頃までは

豆やナッツ類を食べさせない

3歳以上の幼児は食べることに集中させ、よくかみ砕くように

.....と呼びかけています。

豆まきをした後は、子どもが拾った豆を口に入れてしまう場合があります。後片付けもしっかり気をつけたいですね。

