

ほけんとんたん 2月

2023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、厳しい寒さが続きます。新型コロナウイルス、インフルエンザ、感染性胃腸炎などの感染症流行が続く中、子どもたちは年齢なりに何ができるのかを考え、園生活をしながらの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、お子さんと一緒にもう一度考えてみてください。ご家族で考えた素敵なアイデア、楽しいやり方、斬新な取り組みがあればぜひ教えてくださいね。

冬は空気が乾燥しているので、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。

新型コロナが流行し始めて4年目になります。つつい忘れがちですが、定期的な換気で空気の入替えもしてください。

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。

