

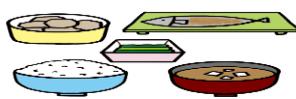
体調を崩した際のお休み、家庭保育など、園の感染対策に御協力頂きありがとうございます。
収穫の秋、スポーツの秋、食欲の秋・・・。気持ち良い秋晴れの下、子どもたちはのびのびと身体を動かして、体力もぐんぐん伸びる時期です。沢山の経験を通して、健康な身体を育てていきましょう。元気に活動が出来るよう、また寒さに向かう体力をつけるために、今一度、ご家庭でも健康生活を見直してみましょう。

ウイルスを寄せ付けない強い身体作りをしましょう！！

手洗い うがい



栄養バランスの良い食事



適度な睡眠



適度な運動



薄着と健康について 大人より一枚薄着が目安とされています◎

肌寒くなってくると、子どもに厚着をさせたくになりますが、子どもは意外と寒さに強いものです。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも薄着を心掛けていきましょう。

保育園では、暖かい室内でも体操など身体を動かし毎日を過ごしています。そのため、冬場でも汗をかく機会が多くあります。動きやすく吸収性のある衣類選びが重要となります!!

下着は、綿100%の半袖やランニングがお勧めです。保温性や吸水性に優れています。その反対に、裏起毛やヒートテックは汗を吸収しない素材です。厚手で動きにくく、汗で濡れた服を着ることによって身体を冷やしてしまうケースもあるため保育園での着用には向いていません。

インフルエンザってなに？

風邪よりも症状が重く感染力も強い。
悪寒、急な発熱、関節痛に続き、下痢、嘔吐、くしゃみ、のどの痛みなどの症状がみられます。放っておくと周りへの感染を広げるだけでなく、合併症の危険も伴うのでインフルエンザの症状かなと思ったら速やかに医療機関を受診しましょう。



予防接種について

感染力の強いインフルエンザにかかりにくくなり、発病しても重症化を防ぎます。接種を受けてから抗体ができるまでには約2週間かかるので、10月～12月頃には接種を済ませておくといいですね。

※予防接種後のお願い事項

副反応による発熱などに備えて、保護者の方の見守りが必要となります。週末に受けて頂くようお願いいたします✿

白岡病児ケアみちのこ

8月・9月にお預かりした病気
ペルパングーナ・RSウイルス

**病児保育を利用したい!!と
思った時に登録ではなく、
事前に利用登録申請を!**

感染症流行期に向けての準備の一つとして、病児保育の申請はお済でしょうか？ぜひ、余裕をもった登録をお願いいたします。

病児保育の利用はハードルが高いと感じている保護者の方はいませんか？そんなことはございません。働く保護者の味方となる保育室です。利用に向けてご質問等あればお声掛け下さい◎