



ほけんだより 1月



2021年1月 あおやぎ保育園

あけましておめでとうございます。新しい1年がスタートしました。

2020年を振り返れば新型コロナウイルスに振り回された1年でした。未だにコロナウイルスは収束されず、日々感染者が増加傾向です。

私たちの身近でも感染が発生してもおかしくない状況にあります。ひとりひとりが感染予防の意識を持ちながらの生活が今後必要です。

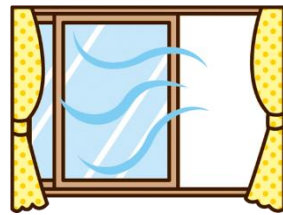
1日1日を子どもたちと一緒に元気に過ごしていきたいと思います。本年もよろしくお願いいたします。

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

<冬の感染症>

冬に流行する感染症の原因となるウイルスは乾燥と寒さを好みます。また、気温が低くなることで人の免疫力が低下したり、体内の水分量も少なくなることからウイルス感染を起こしやすくなります。

子どものかかりやすい冬の病気

- ・季節性のインフルエンザ・・・高熱、頭痛、関節痛や筋肉痛、下痢、嘔吐、倦怠感
- ・ノロウイルス、ロタウイルス・・・発熱、嘔吐、水のような下痢、脱水、けいれん
- ・RSウイルス・・・発熱、ゼコゼコした咳、顔色不良、呼吸困難
- ・マイコプラズマ肺炎・・・発熱、痰を伴わない乾いた咳、脱力感、疲労感、頭痛