



中妻子供の家保育園
2021/10/1 発行

暑さがようやく落ち着き、過ごしやすい季節になりました。10月は、気温の差が大きくなりますので衣類調節が大切です。そして、「食欲の秋」！秋には、栄養たっぷりのものをしっかり食べて、風邪を引きにくい体づくりをしましょう。



10月10日は目の愛護デー 目を大切に



こんな行動があったら要注意です

一度、眼科を受診してみましょう。

- 目を細めたり、しかめたりする。
- 横目でものをみることが多い。
- テレビなど極端に近付いて見る。
- 必要以上にまぶしがる。



異物が入ったときの応急手当て

目に異物が入った！

流水で目を洗います。また、入った方の目を軽くつぶらせ、目頭をそっと押さえると異物が出ます。流水や涙が流れても取れない時は、水で濡らした綿棒かガーゼで取り除きます。それでも痛がる時は**眼科**へ行きましょう。



10月15日は「世界手洗いの日」

気をつけよう！
感染対策



感染の予防の基本は「手洗い」

（石鹸・流水でしっかり洗う・水分を拭き取る）です

機会があるごとに手洗いをして、手を清潔にしましょう。

「食べる前」「トイレの後」は2回続けて洗うのがお勧め！ 

手洗後は、水分をしっかり拭き取り、手荒れにならないように保湿も忘れずにしましょう。

※新型コロナウイルスは、アルコール消毒70%で感染力を失うことが知られています。ただし、汚れは消毒だけでは落ちません。

※傷口のない手にウイルス等がついても手からは感染しません。

「病原体の付いた手で、目や鼻等の粘膜に触れる」

「手に傷口があり、そこから病原体が入る」ことで感染します。

新型コロナウイルスは、日々変化しています。県外及び感染地域への外出を控えて人との接触をできるだけ避け、子どもたちを守っていきましょう。