

11月のほけんだより

うのすまいほいくえん H30・11・7 担当 おおばまさこ

山も色づき、朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。寒暖差が激しいと風邪をひきやすくなります。これからやってくる本格的な冬にむけて風邪に負けない丈夫な体作りを心がけましょう。

インフルエンザ予防接種のシーズンです

1シーズン2回接種が標準です。

2回接種してから、2週間以上たたないと効果が現れないので、接種するかたは、**流行期に入る前に**済ませるようにしましょう。ただ、**アレルギーのあるお子さんの場合、受けられないこともあります。**医師とよく相談してください。

今年も、インフルエンザの補助費用があります。補助が終わってしまう前に接種して、予防に努めましょう。

受けた時は担任の保育士さんにお知らせください。

インフルエンザの接種費用については、病院によって違うようなので、行く前に調べてから受けるのもいいかもしれませんね。

インフルエンザの予防接種は**家族で受ける**ことをお勧めします。

歯科健診があります

日時

11月14日
12時30分～

担当医

早崎歯科の早崎先生です。

当日は、歯をしっかりとみがいてきてください。

内科健診があります

日時

11月20日
12時30分～

担当医

はまと神経内科クリニックの、はまと先生です。できるだけお休みしないでうけるようにしてくださいね。

健康な体作りが、かぜの予防に

気温が下がり、空気が乾燥してくると、気をつけたいかぜ。うがいと手洗いが、かぜの予防の基本です。習慣づけるようにしましょう。また、規則正しい生活で、ウイルスを寄せつけない強い体を作ることも、大きなかぜ予防になります。ご家族みなさんで、気をつけていきましょう。



マスクの着用とマスクの予備を常にカバンの中に入れて、いつでも使用できるように、準備をおねがいします。(1日最低2枚は必要です。)家族の方もマスクをお願いします。

☆☆☆園に入る時、帰る時、アルコールの手指消毒をしましょう