



うのすまい保育園 R4・12・1発行

# 12月ほけんだより

担当 かわさきけいこ

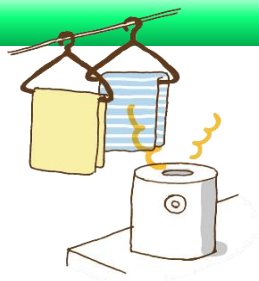
ジングルベルが響いてくる季節になりました。子どもたちは寒さに負けず元気に遊んでいます。感染症の流行が始まります。おうちでもうがい、手洗い、咳エチケットの徹底をお願いします。

## 新型コロナウイルス流行第8波の到来

市内でも新型コロナウイルスの感染拡大がみられると同時に、インフルエンザ、ヒトメタニューモウイルス、溶連菌など複数の感染症が報告されています。しかし、これらの感染症は原因となるウイルスや細菌が異なるだけで感染経路は同じです。

## 基本的な予防対策は変わりません

- ・人ごみは避けましょう
- ・外出時はマスクをしましょう（3歳以上）
- ・外出後、食事の前は手洗い、うがいをしましょう
- ・加湿器や洗濯物を上手に使い、湿度を保ちましょう（湿度50～60%が適度な湿度です）
- ・1時間に1回、室温が極端に下がらない程度に換気しましょう



## 風邪症状がみられたら

- ・消化のよいものを食べ、温かくして過ごしましょう
- ・こまめに水分を取りましょう
- ・熱や、熱がなくてもひどい咳がみられたらお医者さんに相談する
- ・風邪はこじらせてしまうと治るのにも時間がかかります。早めの休養を心がけましょう



## 生後6か月～4歳児への新型コロナワクチン接種について

5歳未満のお子さんへのコロナワクチン接種が始まりました。子どもは大人に比べ副反応が少ないと言われてはいますが、小さいお子さんほど自分の体調の悪さを上手く伝えることができません。皆さんもご存じのとおり副反応はつらいものです。



接種の翌日は登園を控えて、お子さんがご自宅で静養できるようご配慮ください。



## 歯科健診と内科健診が終わりました



◎ 早崎先生からは「むし歯が減ってきていますね」と評価いただけていますが「子どもの場合、歯と歯の間が狭く汚れが残りやすいので、夜寝る前の仕上げみがきにフロス（糸ようじ）も使うことがおすすめ」とアドバイスをいただきました。

◎ 「むし歯があるけれど治療中に暴れないか心配」「歯並びが…」などなど…。心配しているご家庭が見受けられました。そんな時は歯医者さんに相談してみましよう。歯医者さんは、むし歯の治療をする所と考えがちですが、お口の中の様々な相談にも応じてくださいますよ。

◎ 内科健診の結果については、個別にお伝えします。