



ほけんだより

令和7年12月1日発行 バンビ保育園

朝晩の寒さも日に日に増し、冬の季節となりました。今年も早いもので残すところ1カ月足らずとなりました。保護者の皆様にとって、どのような一年に感じられたでしょうか。子ども達はクリスマスにお正月のイベントにわくわくしている様です。楽しい年末年始を過ごすためにも風邪など引かないよう気をつけましょう。



感染対策にピッタリな湿度

ウイルスは温度が低く、乾燥した空気では活性化します。そして空気中を潤い、口や鼻から人の体内に侵入します。感染対策に必要なのが加湿。加湿器や濡れタオルなどを活用して、上手に湿度を調整しましょう。

湿度の目安

- × 40%以下
ウイルス増殖・活性化する。
- 40~60%
ウイルスが増殖・活性化しにくい
- ▲ 60%以上
ジメジメ…。ダニやカビが発生しやすい

室温は 18℃以上が◎

冬に気をつけたい感染症

- ・ロタウイルス
- ・RS ウィルス
- ・インフルエンザ



- 爪が長い子がみられます。週に1回は、爪のチェックをして、伸びているようなら爪切りをお願いします。
- 発熱でお休みし、感染症と診断された場合は、園の方に連絡をお願いします。ご家族に感染症の方がいる場合も、教えてくれると助かります。

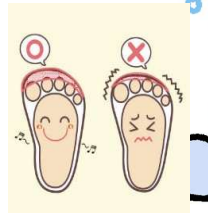


<11月感染症情報>

- ・溶連菌 1名
- ・流行性結膜炎 1名
- ・RS ウィルス 1名
- ・インフルエンザ 1名

靴のサイズはOK?

どんどん成長する子どもたち。見た目にはわかりづらいのが、足の成長です。サイズの合わない靴を履いていると、足が変形したり、巻き爪や陥入爪、外反母趾など、トラブルの危険も。



小さくなったサインかも

- 歩き方が不自然
- 最近よく転ぶ
- 走るのを嫌がる
- 足が赤くなっている

選び方のポイント

- | | |
|-----|-----------------|
| 素材 | 通気性のよいもの |
| つま先 | 5~10ミリのゆとりがある |
| 底 | 親指の付け根部分が柔軟に曲がる |
| かかと | 芯がしっかりしたもの |



こどものやけど

こんな事故が起きてます！

- ・加湿器の蒸気吹出口に、手をあてて立ち上がり、指をやけど
- ・高さ1mの台に載せていた加湿器が倒れ、背中に熱湯がかかった
- ・電気カーペットの上に寝かせていたら背中を低温やけど

事故防止のために

- ・子どもの手が届かないところに設置するか柵で囲む
- ・蒸気対策や転倒防止の機能がある製品を選ぶ
- ・湯たんぽや電気カーペットは長時間の使用を避ける

やけどをしてしまったら、すぐに流水で冷やしましょう。症状が悪化したり痛みが長く続く場合は、病院受診しましょう。