



ほけんだより



29. 1. 18
保育園夢未来井荻園

お正月休みが終わって 急に寒波が訪れました。そんな矢先に井荻園でインフルエンザが大流行しました。1月5日から1月12日までの間に児童も先生も約半数がかかりました。幸い、予防接種している人はそんなに高熱にはならず、特効薬ですぐに熱も下がり、比較的軽い症状の子が多かったようです。感染したパパママも大勢で、インフルエンザの感染力の強さを思い知った1週間でした。

今週は先生も子どもたちも元気になり、パワー全開です！！延期にしていた鏡開きも遅れて無事に行えました。

本当に健康が一番ですね。鏡開きでみんなの無病息災をしっかりと祈願しました。こんな楽しくない流行はイヤですね。急に冬らしくないましたが、外でたくさん体を動かして、残りの冬を元気に過ごしていきましょう！

1月5日～インフルエンザ感染状況



ぺんぎん…4名
ぼんだ…2名
きりん…6名
ぞう…5名
計 17名



予防接種していた子は
お熱も高熱にならずに終わった子が多数。
でも予防接種も完全ではないですね…。

～冬も水分補給でカゼ対策！～



夏場は熱中症対策で熱心になる水分補給。なのに寒くなって忘れがちになります。水分補給はうがい、手洗いと同じようにカゼの大事な予防策です。

カゼのウイルスは乾燥が好きで湿気が苦手。だから水分補給で鼻や喉の粘膜を潤すと、からだに侵入しづらくなります。また、侵入したウイルスを鼻水や痰と一緒に外に出す作用もスムーズになります。

カゼなどで発熱、食欲不振、下痢、嘔吐などがあるときも水分はどんどんからだから出ていきます。いつも以上に水分補給を！



水分補給は冬も重要！！

