

気温が低く、乾燥した日が続いています。先日降った雪が所々、まだ残っていますが、2月4日は、暦の上では立春で春を迎える時期とされています。一般的には1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。感染症が流行しやすい季節ですので手洗い・うがいをしっかり行い感染症予防に努めましょう。

冬に流行する風邪について（流行しやすい感染症）

※園では溶連菌感染症が出ています※

～溶連菌についての詳細は園内に掲示しています～



発熱・鼻水・咽頭痛・咳などが主症状 ～鼻と喉のかぜ～

「インフルエンザ」・「溶連菌感染症」・「RSウイルス」・「マイコプラズマ肺炎」

「百日咳」・「クループ症候群」・「肺炎」

嘔吐や下痢が主症状～お腹のかぜ～

「胃腸炎」・「感染性胃腸炎（ノロウイルス、ロタウイルス）」・「嘔吐下痢症」

インフルエンザについて

現在、保育園では流行していませんが、1/25 現在、都内のインフルエンザが流行警戒基準を超えました。全国的にも多くの自治体が警報レベルとなっています。

下記のインフルエンザ対策で感染予防をしっかりと行いましょう。

インフルエンザ対策

- ①食事前、帰宅時に手洗い・うがいをする。
- ②バランスのよい食事、睡眠をしっかりとる。
- ③肌着をきちんと着て、気温に合わせた衣服の調整をする。
- ④寒くても、部屋の換気をこまめに行い、加湿する。
- ⑤人ごみをなるべく避ける。
- ⑥人ごみに行く際には、マスクを着ける。
- ⑦適度に運動をする。



室温管理・換気

部屋の中を温め過ぎると、空気が乾燥し、具合の悪くなる子が出てきます。設定温度は18～20℃を目安に、なるべく足元を中心に温め、上半身は温め過ぎないようにしましょう。また、1時間に1回は窓を開けて空気の入替えを行い、加湿器などで部屋の湿度を保ちましょう。加湿器がなくても、室内に洗濯物を干したり、コップ一杯の水を暖房器具の近くに置いたりすることで、部屋が乾燥しにくくなります。

<2月の保健行事>

身体測定：2/1（木）、2/8（木）

健康診断（ももの木のおうち・新入園児）：2/15（木）