

12月 ほけんだより

上北台こひつじ保育園 2025年12月1日(月)

12月になり朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。寒暖差が激しく、衣類調整ができないと抵抗力が下がり、風邪や感染症にもかかりやすくなります。まずは、病気にかかりにくい体づくりから…寒さに負けず、感染予防を積極的に行い、今月も元気に過ごしていきましょう。

◇今月の予定◇

9日(火) 身体測定【3～5歳児】

☆髪型は結び目が頭頂部にこないようにしてください。

10日(水) 身体測定【0～2歳児】

乳児健診【0歳児】秋の健康診断未受診者 予備日

11日(木) 保健の話「鼻のかみ方」について【3～5歳児】

18日(木) 頭じらみ検査【2～5歳児】

ウイルスに負けない体づくりを!!

◎寒くて空気が乾燥している季節には…

かぜ、インフルエンザ、ノロウイルス、ロタウイルスによる胃腸炎などが流行します。ただし最近では寒くなくても手足口病がはやるなど、季節は関係ない場合もありますので、毎日の感染対策のご協力をお願いします。

先月園児がかかった感染症
インフルエンザA型・アタマジラミ
手足口病・とびひ・突発性発疹



◎元気に過ごすためには、規則正しい生活を送ることが大切です!

せっけんで

3食

早寝早起き

がらがらうがい

手を洗う

しっかり食べる



インフルエンザっていつから登園できるの?

インフルエンザにかかってしまったら「発症後5日経過していること」「解熱後3日経過していること」の条件を満たすまでは登園を控えて下さい。日数を数える時は発症日を含まず、翌日から発症1日目と数えます。下の表でご確認下さい。

例	発症日	発症後5日間(登園停止)					6日目	7日目
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目		
発症後 1日目に 解熱した時	発熱 (顔が赤い)	解熱 (笑顔)	1日目 (笑顔)	2日目 (笑顔)	3日目 (笑顔)		登園 可能 (笑顔)	
発症後 2日目に 解熱した時	発熱 (顔が赤い)	発熱 (顔が赤い)	解熱 (笑顔)	1日目 (笑顔)	2日目 (笑顔)	3日目 (笑顔)	登園 可能 (笑顔)	
発症後 3日目に 解熱した時	発熱 (顔が赤い)	発熱 (顔が赤い)	発熱 (顔が赤い)	解熱 (笑顔)	1日目 (笑顔)	2日目 (笑顔)	3日目 (笑顔)	登園 可能 (笑顔)



今年も1年間ありがとうございました。
よいお年をお迎えください。

