



ほけんだより



きらら保育園 H29. 9月号

夏休みでは、たくさんの思い出ができましたか？今年の夏は手足口病でお休みをする子が多くいました。横浜市でも手足口病やRSウイルスが流行しており、きらら保育園でも報告がありました。また、ヘルパンギーナや溶連菌感染症の報告もありますので、引き続き感染症に気を付けて行きたいものです。

これらかの季節、寒暖の差により体調を崩しやすくなります。特に喘息をお持ちの方は低気圧や台風、日々の気温差には十分注意してくださいね。生活リズムを整えて元気に登園しましょう。



9月1日は防災の日です



災害に備えて、特別な非常食や保存食を準備しておくことももちろん有効な対策ですが、日常的な食料のお買い物の中でも備えとして備蓄しておくことが可能です。

災害に備えて、特別な非常食や保存食を準備しておくことももちろん有効な対策ですが、日常的な食料のお買い物の中でも備えとして備蓄しておくことが可能です。それがローリングストック(買い足し)です。

ローリングストックとは、日常的によく使う食料品や日用品等を少し多めに買い足して、古いものから使い、使った分だけまた買い足す事で常にストックを備蓄しておく事ができる方法です。賞味期限と使用頻度に応じていくつストックしておくかを検討するようにしましょう。



～秋の健診があります～ 10月11日(水) 9:30～

内科健診があります。



あい小児科アレルギー科 池澤先生です。

前回、健診を受けていない方は受診できるよう調整をお願いします。2回とも健診を欠席されますとご家庭で病院に受診をして頂き、結果を保育園に提出して下さい。

ひかり利用状況 (7/21～8/20)

利用者：53人

(きらら保育園：30名、きらら保育園以外：23名)

年齢別

0歳児：24人 1歳児：4人 2歳児：12人

3歳児：4人 4歳児：4人 5歳児：5人 小学生：0人

症状別 (重複あり)

急性上気道炎：25人 喘息・喘息様気管支炎：4人

RSウイルス：4人 気管支炎・肺炎：4人

急性胃腸炎：5人 急性中耳炎：7人 急性咽頭炎：1名

感染性胃腸炎：4人 急性腸炎：5人 消化不良：1名

ヒトメタニューモウイルス：4人 手足口病：4名

生活リズムの見直しをしましょう

生活リズムの乱れは、保育園での生活にも影響します。遊ぶ時に疲れが出て遊べなくなってしまう。いったん生活リズムが乱れると、修正することはなかなか難しいものです。次のようなことから始めてみましょう

朝、少し早く起こすことから始めましょう

朝ごはんを食べる前に体を動かしましょう

昼間十分に体を動かして遊びましょう

夜九時までには就寝しましょう

*運動会の練習も始まります。早寝早起き

で毎日元気に練習に参加したいですね