



ほけんだより 11月号

令和2年11月
しいの木保育園
看護師 鈴木

インフルエンザやノロウイルスなど、冬に多い感染症が流行る季節がやってきました。新型コロナウイルス感染症の流行で、手洗いなどの感染症対策が習慣となってきた子も多いとは思いますが、油断せず引き続き注意して過ごしましょう。そして、本格的な冬が来る前に生活リズムを見直してみましょ!!



今日は何の日!?

11月8日は「いい歯の日」

自分で歯みがきをする子も増えてきたと思います。自分でみがける子でも、最後はきちんと仕上げみがきをしてあげましょう。歯医者さんの多くは小学校3年生くらいまで（結構長いですね）は仕上げ磨きをするよう推奨しています。生え変わりの最中の歯並びはデコボコで歯垢が残りやすいので要注意です。



11月9日は「換気の日」

「いい空気」と読ませることから換気の日と言われていいます。新型コロナウイルス対策としては、30分に1回以上、数分程度、窓を全開にする。複数の窓がある場合、二方向の窓（ドア）を開けることとされています。



11月12日は「皮膚の日」

空気の乾くこの時期は皮膚がかさかさになったり、かゆくなったりと乾燥肌が気になります。ボディソープを泡立てて手で優しく洗ってください。小さい子ほど、皮膚そのものが薄いいため保湿や保護が大切です。お風呂上がりには保湿クリームをたっぷり塗らしましょう。ややテカるほど、またはティッシュペーパーがくっつくくらい塗るのが理想的です。



寒くなると多くなる！イヤ～な胃腸炎（嘔吐）の家での対応



*用意しておく便利ゲージセット（ゲージは突然やってくる！）

・ビニール手袋・新聞紙やキッチンペーパー・マスク・次亜塩素酸ナトリウム・ビニール袋

- ①マスクと手袋を装着
- ②吐物にキッチンペーパーや新聞紙を広げてかける
- ③上から次亜塩素酸ナトリウムをかけてふき取る（広げないよう周りから中へ！）
- ④処理したものはビニール袋に全部入れて（マスクも手袋も）ギュッとしばって封印

*消毒は次亜塩素酸ナトリウム！

- ①ハイターなどの塩素系漂白剤を500mlのペットボトルキャップ1杯分を500mlの水で割る。（まちがえないようにラベルを！）
- ②布やキッチンペーパーにふくませてふきとりをする。特に水道・トイレ・ドアノブ等はしっかりと！

!!! 保育園で嘔吐があった場合：感染予防のため、吐物の付着した布団や衣類は洗わずにビニール袋に入れてお返しさせていただきます。ご理解ご協力をお願いします。

☆≧12月3日（木）は14時から内科健診となっています。お休みする場合は、健診の時間だけ登園する、または、後日、園医にて健診を受けていただきますのでご連絡ください。☆≦