



ほけんだより 12月号

令和4年12月1日 青梅梨の木保育園



先月は、新型コロナウイルスの園内感染によりクラスターが発生し、ご心配とご迷惑をおかけしました。感染されたお子さんも軽症で回復し、皆様にご協力をいただき、無事終息を迎えることが出来ました。ありがとうございました。

第8波の感染のピークは、1月中旬頃と言われています。また新型コロナウイルスとインフルエンザの同時流行も心配です。子どもたちが笑顔で園生活を送ることが出来るように、引き続き感染対策に取り組みながら、保育を進めていきます。よろしくお願いいたします。



健康に気をつけて、よい年を迎えましょう

年末年始はあわただしく、生活リズムが乱れがちになります。生活リズムの乱れは、免疫力の低下につながります。規則正しい生活をおくりましょう。



ごちそうはひと工夫で楽しんで

お祝いムードで気がゆるむ時期ですが、子どもの誤飲・窒息には十分注意しましょう。

お酒の誤飲

透明なので水と間違えた、甘いのでジュースのつもりで飲んでしまった……などの事故が起こりやすいので、グラスやおちょこは子どもの手の届かないところに。

もちや豆類による窒息

お正月の定番のお雑煮(もち)や黒豆(豆類)は窒息の危険が高い食べ物。もちは小さく切って1つずつ、汁物といっしょに食べさせます。豆類は刻むか、子どもには控えましょう。



生活リズムに気をつけて

ゆっくりしたい時期なので、夜更かし・朝寝坊になりがち。睡眠不足にならないよう、生活リズムを守りましょう。

急病に備えよう

地域の休日診療・救急診療の担当を確認しておきましょう。帰省先・旅行先でも調べておく心安心です。また、保険証や医療証も忘れずに持っていきましょう。

<冬の服装について>

寒くなると、つい多めに着込みがちですが、子どもは大人より新陳代謝が盛んで、体温が高く汗もかきやすいです。大人より一枚少なくが基本です。

園では体を十分に動かして遊んでいます。日中の外気温、活動、お子さんの体調に合わせて衣服の調整をします。調整が出来る服をご準備ください。

お部屋は、床暖房が入っています。寒い日や寒い時間帯は、暖房をつけて室温を調整します。裏起毛の付いている洋服や厚手のトレーナーではなく、長袖Tシャツぐらいが良いと思います。



お願い

ズボンの裾が長いと、転ぶ原因にもなり危ないです。長い場合は、裾上げをして調整をお願いします。