ほけんだより 12月

2023年12月1日
社会福祉法人 尚徳福祉会
保土ケ谷保育園

日に日に寒さが増し、冬本番に向かっている様子が感じられますね。子どもたちはまだ薄着で元気に園庭を走っています。
年末年始のお休み期間は生活リズムが乱れやすくなります。「早寝・早起き・朝ごはん」の規則正しい生活を心がけ体調を崩さないように気をつけましょう。

気温にあわせて調節できる服装を。

寒い日でも、外遊びで直接日光にあたるとかなり暑く感じるものです。
肌着は綿素材などの半袖が適しており、発熱素材を使用したものは、日光の下では暑すぎるため不快です。
肌着の上には薄手の長袖を。真冬でも裏起毛のないトレーナーなどが適しています。外遊びの際は、その上に上着を着ます。
曇っていて寒そうな日には、予備の長袖を引き出しにご用意いただければ、園で判断し、重ね着をして出かけます。
寒そうでは…と心配しがちですが、子どもたちは常に動いて遊び、どちらかというと暑がりです。暑く不快であることから不機嫌になることも多々あります。
気持ち良く過ごせるよう薄着をこころがけてあげましょう。

冬はやけどに注意!!

冬はやけどの事故が増える時期です。十分注意しましょう。
万が一やけどをしてしまったら、水道の流水で 10 分以上冷やしてから受診しましょう。衣服を着ている部分をやけどした場合は、衣服を着たまま、上から流水で冷やします。無理に脱がせると皮膚を損傷してしまうからです。

死亡に至る事故のランキング

1位 交通事故 26%
2位 溺水 20%
3位 やけど 10%

やけどの原因で多いものランキング

1位 食べ物・飲み物
2位 コンロ・魚焼きグリル
3位 カセットコンロ・ホットプレート
4位 炊飯器

歯科健診

12月13日（水）9：30～

朝ごはんの後に歯みがき（仕上げ磨き）をお願いします。
乳児クラスの朝おやつはありませんので朝ごはんをしっかり食べてきてください。

園内で報告された感染症

（11月）

11月は届けの必要な感染症の報告はありませんでした。