



# ほけんだより 1月号

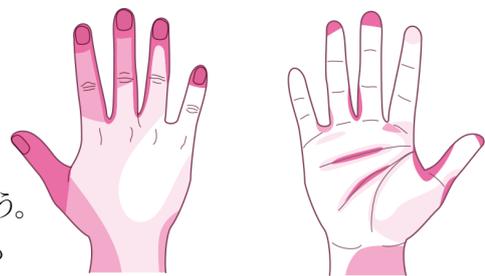
2025年1月6日  
社会福祉法人 尚徳福祉会  
保土ヶ谷保育園

年末年始のお休みはいかがでしたか？今年も元気に過ごすために、食事、運動、睡眠のバランスを大切にしていきましょう。体調を崩しやすい時期ですが、寒さに負けず外遊びも楽しみましょう。皆様が心身ともに健康に過ごせますように。今年もよろしくお願いいたします。

## インフルエンザ

### 〇うつらない・うつさないが対策の基本

- ・手洗いやアルコール消毒は指先の汚れを意識して行いましょう。
- ・うつさないために、咳エチケットを励行しましょう。
- ・人混みは避け、休日のお出かけ先もよく検討しましょう。
- ・1～2時間おきに室内の換気を行うとともに、湿度にも気を配りましょう。



■ 最も洗い残しがある部分  
□ 次に洗い残しがある部分

### 〇インフルエンザと診断されたら

- ・外出を控え、家庭内でも咳エチケットを徹底し、十分な栄養と休養をとりましょう。
- ・送迎される方がインフルエンザにかかっている場合は事前に電話連絡をお願いします。門の外でお待ちいただくこととなります。
- ・保育園は熱が出た日を0日目とし、5日目まで、かつ熱が下がってから3日目まではお休みしなければなりません。登園の際は登園届(インフルエンザ専用)が必要です。



### 園内で報告された感染症

(12月)

ノロウイルス  
インフルエンザA型  
新型コロナウイルス



### 歯科健診 1月29日(水)

健診は9:30開始予定です。

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、

朝ごはんをしっかり食べて登園しましょう。

