

ほけんだより



尚徳福祉会 とちょう保育園

新型コロナウイルスのオミクロン株の感染拡大が連日報じられています。保育園の休園も増加し、保護者の方々もご心配なことでしょう…。当園に通うお子さんは3歳児以下なので、ワクチンの対象にもなりませんし、感染対策として正しいマスクの装着ができません。 (厚生労働省は、一人ひとりの発達の状況を踏まえ一律着用を求めず。WHO・ユニセフは、5歳以下の子どもの着用は必ずしもこだわらないとしている。) しかしオミクロン株は、ピークアウトが早い予測があります。対策を続けつつ、明るい気持ちを持って収束を願います。

よくお願いです

37.5℃以上 (昨今の状況から統一) の発熱時は、登園を控えていただき、受診をお願いいたします。
受診時には、保育園に通っていることを伝え、いつから登園可能か、主治医に確認をお願いします。
受診時、PCR検査・抗原検査を受けた際には、園まで (休日は園長携帯に) ご連絡をお願いします。
38℃以上の発熱時は、坐薬等の解熱剤の影響なく、解熱後24時間経過してから登園をお願いします。

注意 節分の豆は5歳以下までNG!

消費者庁が、3歳ごろまで→5歳以下と変更呼びかけ
(昨年1月20日消費者庁公表資料より)
悲しいことに2020年に4歳の子どもが、保育園の節分行事で豆を詰まらせる死亡事故が起きました…。

⚠️豆やナッツ類など、硬くてかみ砕く必要のある食品は5歳以下の子どもには食べさせないでください。のどや気管に詰まると窒息しやすく、大変危険です。小さく砕いた場合でも、気管に入りこんでしまうと肺炎や気管支炎になるリスクがあります。

⚠️パンやクッキーやケーキにもクルミやアーモンドやピーナッツなどのナッツ類が入っていますので、周囲の方々にも危険性をお伝えして、みんなで注意するように気をつけていくことが大切です。

⚠️鼻や耳に入れて取れなくなる事故も起こっています。個装の製品を利用して、小袋に入ったままで豆まきを楽しむなど、安全に行ないましょう。(園での節分は新聞紙を大きく丸めて行います。)

安心安全 ゴマは、離乳食後期から、すりゴマとして食べても大丈夫です。

おねがい

リップ クリーム

唇やお顔が乾燥していると健診で泣いた時に出血しやすいので、しっかり目に保湿をお願いします。

歯科健診

朝食後の歯みがきをお願いします。
朝おやつは、お茶のみです。

延期の可能性もあります。ご了承ください。



寒さやウイルスとたたかえる体に!

朝ごはんを食べよう

朝ごはんには、夜眠っている間に少なくなったエネルギーを補い、低くなった体温を上げ、腸を刺激して排便を促す大切な働きがあります。

- ①炭水化物で午前中のエネルギーをチャージ!
ごはんでもパンでもお芋でもシリアルでも麺でもOK! 脳にエネルギーを与えましょう
- ②タンパク質で体温を上げる
牛乳、チーズ、ヨーグルトなどの乳製品やハム、ウインナー、卵、納豆、豆腐で活力を
- ③野菜や果物でビタミンを補給
味噌汁やスープの具でも、バナナやプルーンなどカットしたまま食べられるものでもOK
温めるだけ、カットするだけ、並べるだけでも食べられるものをいくつか用意すると便利です!



今月の保健行事

りっぱな1品じゃなくてもある程度の栄養とカロリーが摂れ、お腹がふくらめば良し!の心意気です。

身体測定
歯科健診
0歳児健診
(1・2歳児健診は決まり次第お知らせします)