



ほけんだより



令和3年2月発行
一般社団法人あいくる
アイビス小規模保育園
TEL:098-989-0199
発行者:仲本真裕美



1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。新型コロナウイルス感染症、風邪やインフルエンザの流行も心配ですね。健康管理には十分気を付けていきましょう。

《今月の予定》

2/4 (木) 身体測定
2/10 (木) 避難訓練



感染を防ぐために！

- 外から帰ったら必ず手洗い・うがいをする
- バランスの良い食事を心掛ける
- 休養を心掛けて、睡眠時間を多めに取る
- インフルエンザの予防接種を受ける
- 部屋の換気をし、人込みをなるべく避ける

※新型コロナウイルスの濃厚感染者になった場合や園児や同居する家族がPCR検査を受ける予定がある場合は速やかに情報提供をお願い致します。



新しい「生活様式」の徹底

1. 不要不急の外出自粛の要請
2. 営業時間短縮の要請等
3. 県外との往来
4. 離党との往来
5. 「3つの密」を避け手洗い、マスク、検温定期的な換気等

インフルエンザにかかってしまったら…

かかりつけ医にまず相談・受診する。感染力が強いため、発症した後5日を経過し、かつ熱が引いてからも3日間は登園を控え、しっかりと自宅療養し他の人にも移さないためにも、治るまでは外出を控えましょう。

新型肺炎コロナウイルス感染症についての協力願い！

新型コロナウイルスに関連した肺炎が連日報告されている中、現在沖縄県緊急事態宣言が発出されています。引き続き登園前の体温測定を徹底し、**37.5℃以上の発熱や呼吸器など風邪の症状がある場合は、登園をお断りすることとします。**同様に、**解熱後24時間以上が経過し呼吸器症状が改善傾向となるまでは、登園をお断りすることとします。**

園児が濃厚接触者に特定された場合には、最終接触日から2週間は登園をお断りすることとします。



咳をしているときは…

咳は体質的なものや、治療が必要となるもの、気管に異物が詰まったときなど、様々な原因があります。咳の種類や熱、嘔吐などほかの症状も出ていないかをよく観察し、対応しましょう。



咳がひどい時は…

- ❖ 蒸しタオルを顔の前に広げて、湯気を吸わせる。
- ❖ 室温は20℃前後に、湿度は50～60%くらいにする。
- ❖ 野菜スープや麦茶を少しずつ、回数を多く与える。(刺激になるので柑橘系や冷たい物は避けましょう)
- ❖ 睡眠時、クッションなどを使って上半身を高くする。