



1月 ほけんだより

令和7年
1月4日



明けましておめでとうございます。新しい1年のスタートです。年末年始は楽しく過ごせましたか？今年も子どもたちが健康に過ごせるように「ほけんだより」を通してお伝えしていきたいと思ひます。どうぞよろしくお祈り致します。



なぜやインフルエンザ予防をしっかりと

なぜやインフルエンザウイルスは乾燥する冬が大好きです。そろそろ流行が気になる時期です。日頃から感染対策に心がけ症状が見られたら早めに医療機関を受診して下さい。



なぜとインフルエンザの違いって？

なぜかも！？

- 徐々に風邪の症状
- 熱が徐々に上がる
- 寒気はあるが軽い
- 頭痛や筋肉痛は軽い
- 咳は個人差がある

インフルエンザかも！？

- 進行が速い
- 急性38℃以上の熱
- 寒気が強い
- 激しい頭痛や筋肉痛
- 咳がたくさんでる



背すじぴん！で

元気な体作り！

寒いとつい背中を丸めてしまいます。また、**食事中に肘をついたり、寝転んでテレビを見たりしていませんか？**姿勢を崩してしまうと、体は自然とバランスを取ろうとしてゆがみ、体調にも影響が現れます。

乳幼児期は、背骨やその周辺を支える筋肉が発達する大切な時期です。強い骨と筋肉を作るためにも、良い姿勢で過ごす事を心がけましょう。

【投薬の取り扱いとお祈り】

★基本的な考え方

医師から処方されたお薬は医療機関または保護者とえていただくものです。**与薬は医療行為にあたるため職員は指示がないと与えてあげる事ができません。**園での服用がどうしても必要な時は必ず「**投薬指示書**」を記入して頂き**1回分名前を記入**して持たせて下さい。(点眼、軟膏なども医師から処方されたものは必要です。)可能でしたら医師と相談して頂きで朝・夕処方できる投薬服用をご相談下さい。

★貼り薬のお祈り

湿布・**ホクナリンテープ**等をご自宅より貼って登園される場合は、**貼り薬に名前を記入**し登園時職員にお知らせ下さい。

