

保健だより

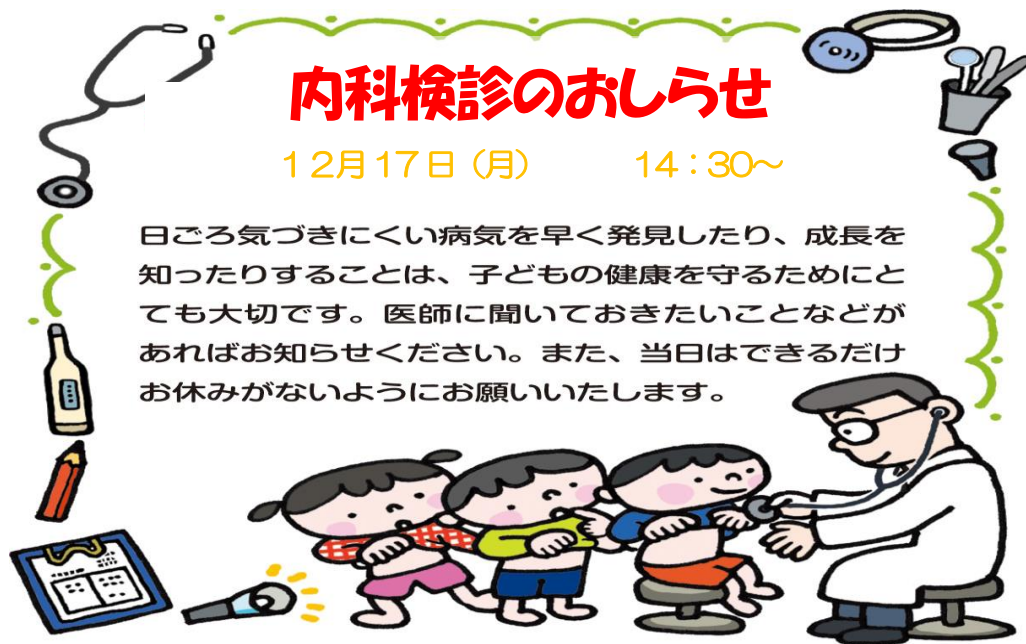
キッズアカデミー保育園 2018・12月号

1年も最後の月になり何かと忙しい毎日かと思えます。年末年始にむけていろいろ楽しい行事も多くなり、トワクワク、ソワソワなんとなく気忙しい時期です。この時期になると、かぜを引く人が多くなってきます。かぜの予防はひとり一人の心がけが大事です。食事は好き嫌いせず、睡眠はよくとり、うがいと手洗いを忘れずに過ごしましょう。

内科検診のおしらせ

12月17日(月) 14:30~

日ごろ気づきにくい病気を早く発見したり、成長を知ったりすることは、子どもの健康を守るためにもとても大切です。医師に聞いておきたいことなどがあればお知らせください。また、当日はできるだけお休みがないようお願いいたします。

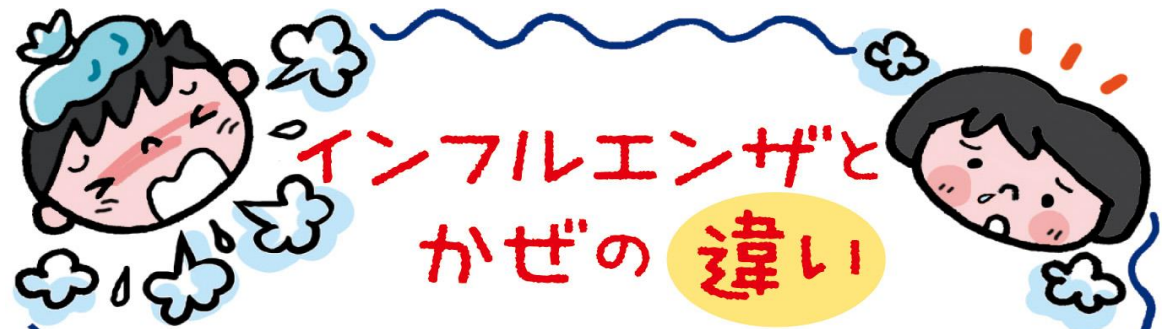
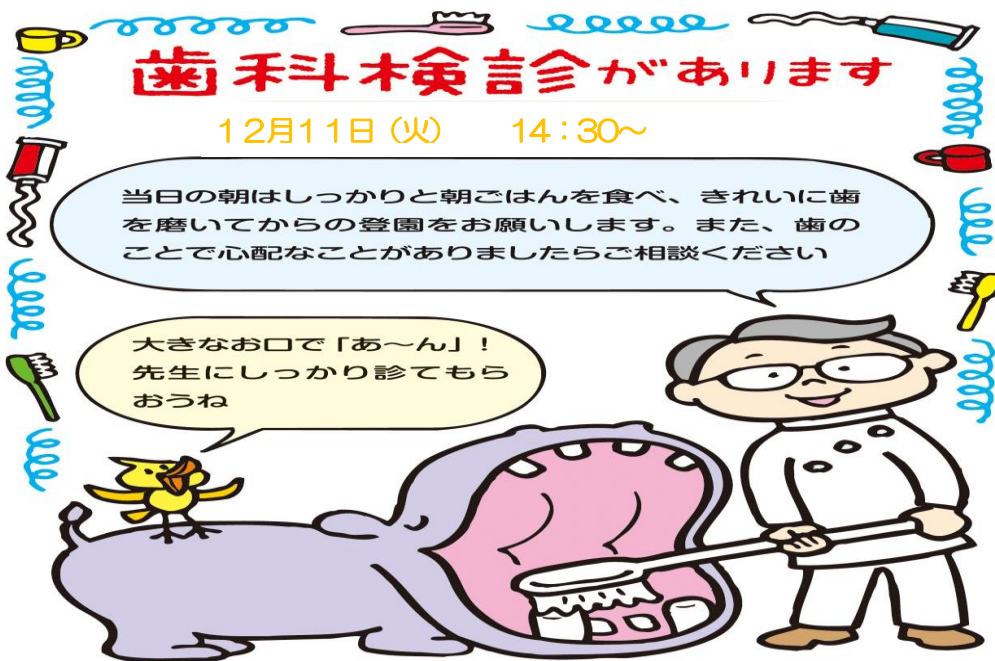


歯科検診があります

12月11日(火) 14:30~

当日の朝はしっかりと朝ごはんを食べ、きれいに歯を磨いてからの登園をお願いします。また、歯のことで心配なことがありましたらご相談ください

大きなお口で「あ〜ん」！先生にしっかり診てもらおうね



インフルエンザ		かぜ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
39 ~ 40℃	熱	37 ~ 38℃くらい
大流行することも	伝染	多くの人にうつらない
手足や腰に強く出る	関節痛	ほとんどない
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症 など	合併症	安静を守ればひどくならない



インフルエンザは、発症し5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園はお休みします

インフルエンザの予防



いちばんの予防方法はワクチンです。

11月~12月の間に1回、または1~4週間の間隔をあけて2回接種します(医師と要相談)バランスのよい食事と十分な睡眠で体力を保持しましょう。また、外出時は必ずうがいと手洗いを心がけましょう。お茶のうがいも効果があるようです。