

ほげんだより11月

令和5年11月1日
大津市立皇子が丘保育園

色づく木々が美しい季節になりました。11月8日は「立冬」であり、暦の上ではこの日から冬が始まります。本格的な冬が来る前に生活リズムを整え、丈夫なからだをつくり元気に過ごせるようにしましょう。

<身体計測>

とんぼ組 1日(水)
みつばち組 2日(木)
かえる組 6日(月)
おけら・あめんぼ組 8日(水)



<後期内科健診のお知らせ>

日時：11月30日(木) 13時30分～

対象：全園児 場所：保育園

園医 清水 次子先生に診て頂きます。



☆身体のことで気になることや、相談したいことなどがあれば、担任または保健担当までお知らせ下さい。

<保健室より>

10月初旬に手足口病、インフルエンザウイルス A 型の診断がついたお子様が数名おられましたが、感染拡大には至りませんでした。朝夕冷え込む日が多くなってきたせいか、鼻水や咳の症状があるお子様も見受けられます。ご家庭でも体調面でお気づきのことがありましたら園にお知らせください。これからの季節は感染性胃腸炎などにも注意が必要な時期です。丁寧な手洗いを心がけて感染症の予防に努めましょう。



<健康観察カードについて>

健康観察カードは10月末をもって使用終了となりました。ご家庭での体調については、お帳面に記入していただくか、登園時に直接職員にお伝えいただきますよう、よろしくお願いいたします。



朝の体調チェックを
忘れずに

<視力・聴力検査(みつばち組対象)>

☆聴力検査：11月27日～12月1日

☆視力検査：11月より順次行っていきます。

保育園では学校保健安全法施行規則に準じ、4歳児の視力検査は左右どちらかが 0.7 未満 で受診の対象となっています。園内の検査は簡易的な検査です。視力・聴力のことで気になる事があれば担任または保健担当までお知らせください。

冬も水分補給が大切な3つの理由

1 のどや鼻の粘膜には、すごく細かい毛のようなものがびっしり生えています。びっくりですね。これの名前は線毛で、ウイルスなどが鼻や口から入ってくると、ゆらゆら動いて外に追い出します。でも、水分が足りなくて粘膜が渇くと、線毛はうまく動きません。



2 体の中に入ってきたウイルスなどは、鼻水や痰と一緒に体の外に出されます。鼻水や痰のほとんどは水分です。



3 カゼやインフルエンザになってしまったら、熱や下痢、おう吐で体から水分がたくさん出ます。



だから冬も、夏と同じくらい水分補給が大切なのです