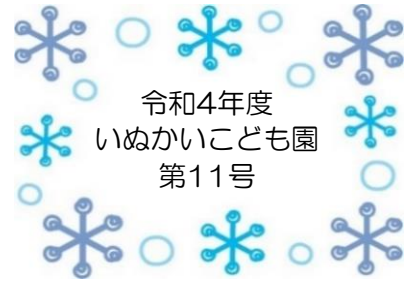




# ほけんたより



令和4年度  
いぬかいこども園  
第11号

2月になると立春です。今年の立春は、2月4日です。寒さのピークのようなこの時期に春と言われてもピンときませんが、立春は春のはじまりの日です。まだ生まれたての春のパワーは弱々しいですが、日に日に強くなって、少しずつ風景が変わっていきます。そんな寒さの中でも、元気いっぱいな子どもたち。でも、低温・低湿の冬は、かぜウイルスが大好きな季節です。かぜを寄せつけないしょうぶな体づくり、環境作りに気を配り、寒い冬を元気に乗り切りましょう。



## しもやけを予防する4つの「し」

しもやけの原因は、冷えて手足の先の血流が悪くなることです。予防する4つの「し」を覚えましょう。

- ①芯から温まる・お風呂にゆっくり浸かったり、温かいものを食べて、体の芯から温まりましょう。
- ②しっかり防寒・寒暖差が大きいと、しもやけのリスクは高まります。外出時はマフラー、マスク、耳当て、帽子で暖かく。
- ③湿気をさける・ぬれた靴下や手袋で手足の冷えがよけいにひどくなります。こまめに取り換えを。
- ④しめつける靴をはかない・きゅうくつな靴で、足元の血流が悪くなります。

しもやけは「しまった」となる前にしっかり予防を

## 今年の節分は、2月3日



節分と言えば豆まきですね。1年の無病息災を願ってまく豆ですが、思わぬトラブルを招くことがあります。小さい子どもさんは、かみ砕いたり飲み込んだりする力が不十分なため、豆が気道に入りやすく、肺炎を起こすことも。また、気道が狭いので窒息した例もあります。消費者庁は、

- ※3歳頃までは豆やナッツ類を食べさせない
- ※3歳以上の幼児は食べることに集中させ、よくかみ砕くようにと呼びかけています。

寒いけど外で元気に遊んでいます♪



新型コロナウイルス感染症対策を行いながら、インフルエンザにも気をつけましょう。

ご家族の方が新型コロナウイルスやインフルエンザを発症した場合は、園までお知らせしていただくと助かります。

インフルエンザの場合は、園児が感染していなければ登園は可能です。マスク着用可能な場合は、マスクをお願いいたします。

登園前のお忙しい時間帯に体調チェック・体温の計測のご協力ありがとうございます。職員間で情報共有させていただき、園でも健康観察を行わせていただいています。引き続きお願いします。

身体計測	0, 1, 2歳児	2月15日(水)
	3, 4, 5歳児	2月16日(木)

