



新年明けましておめでとうございます

本年もどうぞよろしくお願い致します

年末年始はゆっくりお過ごしになられましたか。

年始から地震や事故など大きなニュースが出て、心配な年明けとなりましたが、お子様たちが健康で笑顔いっぱいの一年でありますよう心より願っております。

今日から3学期が始まります。寒い時期ですが、元気いっぱいに身体を動かせるよう、早寝早起きの規則正しい生活や栄養のある食事を心がけて、体調を整え過ごしていきましょう！

この年末年始、人の移動や接触機会が増えたので、様々な感染症が増える可能性があります。咳・鼻水などのかぜの症状に対しては、胃腸炎同様に慎重な対応をさせていただきたいと思っておりますので、引き続きご協力をお願い致します。

## 1月の保健行事

1月11日(木) 3~5歳 身体測定 爪チェック

12日(金) 0~2歳 // //

☆0歳児健診 1月10日(水)、24日(水)の2回 園医田中こずえ医師(伊奈平クリニック)

寒さが厳しくなります。

### 薄着・重ね着で 元気に過ごしましょう

厚手の上着は身体の動きを制限します。伸び伸びと身体を動かせる服装を選びましょう！

化繊の物は静電気を発生しやすいので、皮膚の痒みや肌荒れが起こりやすいので、綿が入ったものが良いですね。



### 肌着を着せましょう

冬でも外遊びなどで汗をかきます。綿の肌着を着せてください。寒い時期は半そでの肌着もおすすです。

### 薄着の重ね着で 体を温かく

長そでシャツの上に半そでのTシャツやベストを着せ、外に出るときはトレーナーやセーターを……という具合に衣類を重ねると温かく、調節もしやすいです。

### 靴下はくるぶしまで

足首は皮膚が薄く冷えやすい部位です。靴をはくときは、くるぶしを覆う長さの靴下を。

## 感染性胃腸炎について

昨年の12月に胃腸炎の症状で欠席されるお子さまが増えて心配しました。これからの時期も腹痛・下痢・嘔吐・発熱を主な症状とする「感染性胃腸炎」に注意が必要です。保育園では吐物や下痢などに対しては適切な処理をおこない、他児への感染を防ぐよう努めていきます。

### <感染性胃腸炎の原因となるウイルス>

「ロタウイルス」「アデノウイルス」による胃腸炎は、乳幼児に多く見られます。

「ノロウイルス」は人から人への感染と食物（特に二枚貝など）を介しておこる食中毒に分けられます。嘔吐や下痢などの症状が激しいため脱水症状に気をつけ、早めに受診をしていきましょう。

### <感染予防のポイント>

- ① 手洗いの励行。特に排便後や食事前の手洗い。
- ② 吐物や便の汚染に対しては、次亜塩素酸ナトリウム（塩素系の漂白剤）を使用し、適切に処理をおこなう。
- ③ 家庭内に症状のある人がいた場合は、共有のタオルを使わない、お風呂は最後に湯船の水は流す。
- ④ 十分に加熱されたものを食べましょう！

### <消毒液の作り方（原液濃度が6%の場合）>

ノロウイルスはアルコール消毒では殺菌できません。効果のある消毒液は次亜塩素酸ナトリウム（家庭用漂白剤）だけです。用途に合わせて正しい濃度で使用しましょう。また消毒液はお子様の手の届かないところに保管しましょう。

吐物や便で汚れた物の消毒・・・トイレや床は水3Lに対し原液50ml（0.1%濃度）  
10分漬けて消毒しその後洗浄します。

汚れた衣類の消毒・・・下着や洋服は水3Lに対し原液10ml（0.02%濃度）  
または85℃以上で1分以上の加熱が有効です。

☆ 保育園では感染を広げない理由から、汚染衣類に関してはそのままの返却となります。衣類の消毒はおこなっていませんので、持ち帰りの際には十分にご注意下さい。

## ～コミュニケーションについて～

朝大きな声で「おはようございます」の声。元気いっぱい年長のY君。コミュニケーションは「あいさつ」から、とよく聞きます。私の子供のころは通学路で人に会うと（誰かれかまわず）「こんにちは」と挨拶を交わしたものです。今は事故防止のうえからも知らない人には近づかないと教えられる時代ですね。保育園でも機会あるごとに「あいさつ」が行われています。0歳児クラスのりす組のお子様達も、「さようなら」とお辞儀をして帰っていきます。このようなやり取りが大事だと思っています。

スマホの普及で動画を視聴する時間が増え、人と会話する時間が圧倒的に減ってきているのもコミュニケーション力の問題となってきています。親はスマホ。子どももゲーム。親子関係は大丈夫なのかと思ってしまいます。子供の時間はあっという間です。保育園の子ども達が大きくなって成人して社会に出て、人に関わっていく時、元気に「おはようございます」と言える様な人になって欲しい、そのように願っています。