

ほけんだより 令和7年12月発行 こま草保育園 看護師

気温が下がり、本格的な冬が到来しました。市内ではインフルエンザが流行しています。園内でも感染者が出始めました。インフルエンザと診断された時は、発症日と解熱した日をコドモンで連絡していただきたいのでお願いします。

11月半ばには、胃腸風邪が広がってしまいました。現在は落ちついてきていますが、流行しやすい時期なので今後も気をつけなくてははいけません。

下痢や嘔吐の症状が見られた場合は、24時間は自宅で様子を見てあげてください。下痢の場合は、普通便が確認出来てから、嘔吐の場合は嘔吐症状がなく普段通りの食事出来るようになってからの登園をお願いします。

下痢症状が長引かないよう、食事にも気を付けてあげてくださいね。



* 下痢の回数が多い時は、脱水を予防するために水分を多く与えます。
便の性状に合わせて、与えてよい食べ物が次のように変わります。

水様便の時 : 水分(イオン飲料・麦茶・湯ざまし・スープ等)

泥状便の時 : ドロドロ状のもの(パン粥・つぶした煮野菜等)

軟便の時 : 軟らかいもの(お粥・うどん・煮魚・煮野菜等)

<下痢の時に避けたい食べ物>

乳製品(牛乳・ヨーグルト・乳酸菌飲料)や炭酸飲料、油物(揚げ物や炒め物)、りんご以外のジュース・果物、繊維の多い野菜、甘いおやつ等

11月19日に行った歯科検診の結果は…

虫歯の子の数 … 年長 4人 年中 5人 年少 3人 未満児 1人

要受診のお子さんにはピンク色の紙をお渡ししました。

早めに受信し、受診結果を園の方に提出してください

12月11日に、年長さんを対象に歯科衛生士の山越さんに歯科指導を行っていただくので、はぶらし、コップの準備をお願いします。11日のその他の持ち物については後日連絡します。

歯科指導後より年長さんは園での歯磨きを開始します。ただ、虫歯予防に1番大切なのは夜寝る前の仕上げ磨きです。小学校低学年までは続けてあげましょう。