



ほけんだより 12月号



2024年12月
発行
こま草保育園
看護師

鼻水のケアは、 やさしく片方ずつ

鼻の奥は耳(中耳)とつながっています。風邪をひいたときにはなを強くかむと、鼻の中のウイルスや細菌が中耳に送られ、中耳炎の原因になります。普段から、鼻水は「片方ずつ、やさしく」かむよう伝えましょう。



ティッシュペーパーを半分に折り、鼻に当てます。片方の鼻の穴を軽くふさぎ、鼻から息をやさしく吹くよう声をかけます。



出てきた鼻水をつまむようにしてティッシュペーパーでふきとります。反対側のはなも同じようにかませます。



はなをかむときは、鼻水に混ざっているウイルスなどが手につきます。はなをかみ終わったら、手を洗いましょう。

『歯のはかせになろう！』

町方歯科の歯科衛生士山越さんが年長さん対象に行ってくださいました。動物の歯の数。ミュータンス菌。歯の磨き方など分かりやすく、年長さんも興味をもって聞いてくれました。『歯はダイヤモンドよりかたいんやって!!』『ちゃんと歯磨きしんとだめやな〜』と終わった後に色々な感想が聞けました。

『鼻のかみかたしってるかい?』

以上児さん対象に、どんなふうに鼻水のかみ方をした方がいいかお話ししました。実際にティッシュペーパーを配って「こんなふうに優しくかむんだよ」と伝えると『優しくかむって難しいんや〜』『手も洗わんとや』と色々ことを学べたと思います。

内科健診終わりました

健診の結果はサポートブックに記録してください。身体測定欄も忘れずをお願いします。

11月の感 染 情 報

先月に引き続きこま草保育園内でも**溶連菌感染症**と**手足口病**の感染報告があります。

市内では、インフルエンザ A の報告があちこちであります。インフルエンザには登園出来ない期間がありますので、受診時に確認をお願いします。

都市部で**りんご病(伝染性紅斑)**流行情報がでています。原因ウイルスに感染すると、両方のほっぺに赤い発疹がでます。頬がはれる前には、何も症状がないか、熱やだるさなどの軽い風邪の症状が出ます。

