



ほけんだより

足利両野保育園
平成 29 年度
12 月号
担当：鮎島



朝晩寒くなり冬本番を思わせます。12月22日は冬至です。この日を境に少しずつ日が長くなってきます。冬に流行する病気はインフルエンザ、RSウイルス、嘔吐下痢症等たくさんあります。元気に登園できるように、体調管理に十分気をつけて規則正しい生活と休息を心がけましょう。



寒さに負けず、元気に遊ぶ

- ★ 体調の良い時は、日中お散歩に出かけましょう。
- ★ よく食べる・よく寝る・よく遊ぶ。
- ★ 皮膚の適応能力が高まり、風邪をひきにくい丈夫な体が作れます。
- ★ 咳が出た時には手でおおうやマスクの着用を心がけましょう
- ★ 帰ったら、手洗い、うがいを忘れずにしましょう。



遊んだ後はちゃんとうがい手洗いできるかな？

- 1、手洗いはしっかりと、せっけんできちんと洗いましょう。
- 2、手洗い後、正面を向いたまま 「クチュクチュ」口を うがいます。
- 3、天井を向くように顔を上げ、口を開けながら「アー」や「ガラガラ」と喉をゆすぎます。



「内科」「歯科」健診・尿検査のご協力
ありがとうございました。

両野保育園感染情報

溶連菌、数名・ノロウイルス1名・手足口病1名、
感染性胃腸炎1名出ています。

