



ほけんだより

2月号



令和5年2月
育心保育園
美童保育園

2月4日は暦の上では立春で春を迎える時期とされています。沖縄でも桜が咲き、少しずつ暖かくなり始め、柔らかな春の日差しを感じるようになりましたね。先日の節分では、子どもたちと一緒に丈夫で健康に過ごせるようお祈りしながら、楽しく行事を味わいましたよ。あっという間に1年も終わりに近づいています。4月に向けて虫歯など治療が必要なものは早めに始め、新たな気持ちで新学期を迎えられるよう生活習慣も見直していきましょう♪

けいれんが起きたら…?

- ① まずは深呼吸、大人が落ち着きましょう
大声で名前を呼んだり、体を揺ると刺激で痙攣が長引く可能性があります
私達ができることはとにかく安全確保と観察。
しっかりどんなけいれんかを観察しましょう。
- ② お子さんの安全確保
お口の中に食べ物があるなら吐かせる
座っているなら安全な場所へ寝かせる
お子さんの周囲のものを避ける
- ③ 体と顔を横向きに寝かせましょう
嘔吐した場合に窒息を防ぎます
- ④ 全身の動画を撮る
- ⑤ 痙攣後、意識があるか確認
そのまま眠っていても起こして確認して下さい
基本はすぐ受診、救急車も検討して下さい
迷ったら#8000に相談しましょう

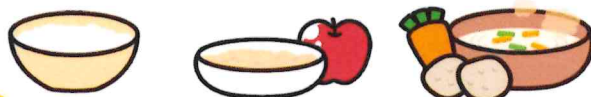
下痢の時の食べ物

便の状態に合わせて食べ物の形状を変えていきましょう(´▽`)
目安は便と同じくらいのかたさにすることです

例) 水様便→水様の食べ物

- ・おもゆ
- ・スープのうわずみ
- ・りんごのすりおろし など

りんごや人参に含まれるペクチンには、
便をまとめる働きがありおすすめです♪



室温管理・換気

室内を温めすぎると、空気も乾燥し、感染リスクも高まります。1時間に1回は窓を開けて空気の入れ替え(窓やドアを利用し空気の通り道を作ると効果的です)を行い、加湿器などで部屋の湿度を保ちましょう。加湿器がなくても室内に洗濯物を干したりすることで、部屋が乾燥しにくくなります。

1月の病欠報告

育心保育園

発熱…24名(計44日休み)
インフルエンザ…6名(計35日休み)
咳/鼻水…18名(計43日休み)
腹痛/下痢/嘔吐…3名(計5日休み)
中耳炎…2名(計3日休み) 歯痛…1名(1日)

美童保育園

発熱…9名(計12日休み) 突発性発疹…1名(3日)
インフルエンザA型…3名(計8日)
風邪症状…3名(計7日休み) 静養…1名(1日)

