



11月 ほけんだより



11月になりましたね！少しずつ乾いた風が吹いてくると、一気に秋らしくなりますね。風邪も流行ってくる時期に入りました。元気に遊んで、風邪に負けない体づくりをしていきたいと思います。

胃腸炎症状がみられるお子さんが増えています

先日マチコメールでお伝えしましたが、体調不良の子どもさんが10月中旬ころから見られるようになっています。症状は、発熱、下痢、嘔吐が主にみられます。胃や腸が炎症を起こしているときは、見た目は元気そうでも、まだ消化機能が十分に回復していないことがあります。無理をして普段通りの生活に戻ると、再び症状がぶり返したり、感染を広げてしまったりすることもあります。

↓こんなときは、もう少しだけお家でゆっくりと↓

- ・食欲が戻っていないとき
- ・水分はとれても、食事の量が普段より少ないとき
- ・下痢の状態が続いているとき(1日3回以上)



体の中の「腸の元気」が戻るまで、少し時間がかかることもあります。食事が普段の量に戻り、元気に過ごせるようになってからの登園が安心です。子どもさんの回復のペースを大切に、無理のない登園をお願いいたします。

発疹や湿疹が出た時の見分けのポイント

お子さんの体に赤いポツポツが出ると、「大丈夫かな?」「登園してもいいのかな?」と心配になりますよね。すべてが感染するわけではないので、見分けのポイントをまとめました。

★感染が低い発疹★

- ・あせも・かさかさ乾燥・湿疹など→かゆいけど元気。熱はなし
- ・突発性発疹→熱が下がってから出る発疹はほとんど感染しません(登園の目安を参考にしてください)

★受診したほうが良い発疹★

- ・水ぶくれ、膿、かさぶたになる→とびひになる可能性
- ・発疹が数時間でどんどん広がってくる、形が変化してきた(赤い点→みずぶくれ→かさぶた)
- ・発熱・下痢・ぐったりした様子が、発疹と同時にある

迷ったら、体の様子を見て早めに受診をお願いします。
「元気・食欲・熱の有無」が判断のカギです。



★乾燥からの湿疹が増えてきた印象があります。保湿クリームをこまめに塗るなど対応をお願いします。

11月の身体測定予定

20日(木)

身長・体重の計測は、毎月行います。



10月の感染症

溶連菌

3名



きゅうしょくだより



おもほりをしたよ♪

わんぱく農園で育てたさつまいもを10月にみんなで収穫しました！

さつまいもは収穫してから1ヶ月ほど寝かせることでさらに甘くなるので、11月の給食でみんなでおいしくいただきたいと思います♪

わんぱく保育園のインスタグラムに、おもほりの様子が掲載されていますのでぜひご覧ください(o^ー^o)



≪災害時・緊急時用のごはんを食べました！≫

10月15日の昼食の時間に、りす・うさぎ組の子どもたちが保育園の備蓄食のひとつである「そのまんまOKカレー」を一口ずつ試食しました。災害を想定して使い捨ての容器で、普段食べ慣れない味を体験しました。午前中に避難訓練があり、備蓄食とは地震などでお家に帰れなかったり、給食が作れなくなったときに食べるごはんであることを伝えました。「そのまんまOKカレー」はご飯とカレーが混ざった仕様になっており、米粒状の「でんぷん加工品」というものがお米の代わりに入っています。独特の食感なので食べてくれるか心配でしたが、意外にも子どもたちに好評で一安心です。

他にも「野菜スープ」「パン」「いわしの蒲焼き」「缶ミルク」「水」を備蓄しています。すべての備蓄食が調理せずそのまま常温で食べることができるものになっています。これからも様々な状況を想定して、安心安全に過ごせるように備えていきたいと思っています。



11月の安全教室

今年度、園では年2回の「不審者対応」の訓練を行ないます。保育士の指示に従って落ち着いて行動することを第一に、子ども達を守る行動を訓練します。

『いかのおすし』と覚えましょう！

- いか … 知らない人についてい
- の … 知らない車にのらない
- お … おおごえを出す
- す … すぐ逃げる
- し … 人にしらせる