

4月 ほけんだより

新年度が始まり、子ども達は、少しずつ笑顔を見せてくれる様になったり、元気に遊ぶ姿が見られます。
楽しく健康で園生活が送れるように保健だよりを通して発信できたらと思っています。

コロナウイルス感染症ってどんな症状？

初期症状は、風邪やインフルエンザに似た症状から始まると言われており、微熱を含む発熱・のどの痛み・咳・鼻水・だるさ、があると言われています。重症化に至る場合は、集中治療が必要になったり、後遺症が残ってしまう方もいるそうです。また、外国からの変異株は年齢の低いお子さんにも感染力があり、多人数の飲み会や会食マスクなしでの会話はさけていきたいものです。

<感染症と予防についてのお願い>

- 毎日の健康チェックカードについて
・体温測定表に必ず、朝・昼・夜3回の体温測定を記入して下さい。(休日を含め)
- 登園・降園時のマスクの着用
マスクの替えを必ず持参して下さい。(以上児)
- 園内に入室する際は必ず、
新型コロナウイルス感染拡大防止シートにご記入の上入室をお願いします。

<園内での感染対策>

- 職員マスクの着用
- 園内の消毒
(ドアノブ、蛇口、玩具、手で触る可能性がある個所など)
- 保育室の換気 (30分に1回開放)
- 手洗い (手洗い石鹸を使って洗います)
- 食事おやつ前の消毒
(お子さんも含みます)

コロナウイルスにかからないために予防しよう！

*マスクを正しくつける



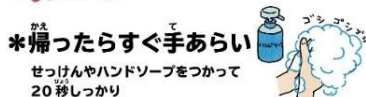
*大声をださない

声といっしょにだ液(ツバ)がとんでしまいます



*にもつをゆかにおかない

底についたウイルスを持ちあそぶことになりす



*帰ったらすぐ手洗い

せっけんやハンドソープをつかって20秒しっかり



*顔をさわらない

手で目・口・鼻をさわらない
鼻をほじらない



*咳やくしゃみに気をつける

とびちらさない
手のひらで口をおおわない



*ドアノブはなるべくさわらない

たくさん人がさわるのでウイルスがつきやすい
うでをつかったり、ハンカチでガードしたり...



*人のからだや人の持ち物をさわらない

さわってしまったらすぐ手洗い！



*さわってしまったらすぐ手洗い！

せっけんやハンドソープをつかって20秒しっかり
手があらえないときはウェットシートでふく



お兄さんお姉さんはこれも注意

*スマホをこまめにふく

ウェットシートで
(アルコール入りならもっと安心)



*飲食物を人とシェアしない

人とシェアしない



*帰宅後はなるべく早くお風呂に入る

少しでも早くウイルスを洗いがすため



*よく食べて夜更かししない

ウイルスに負けない体を保つため

室内の換気を細目に行い密集・密閉・密接の環境にならないように心がけましょう。

新型コロナウイルスや風邪など体調が乱れることなく生活出来るように早寝早起きや食生活も心がけていきましょう！

咳エチケット

- ①マスクを着用する
- ②ティッシュ・ハンカチなどで口や鼻を覆う
- ③上着の内側や袖で覆う