



# 11月ほけんだより

平成 28 年 11 月 1 日  
認定こども園  
橋本保育所

金木犀の香りが漂い、朝夕は風が冷たく感じられるようになってきました。木々の葉も赤や黄に色づいて、秋の訪れを感じさせます。

季節の変わり目で体調を崩している子どもが増えています。衣服の調整や、こまめにうがいや手洗いをし元気に過ごしましょう。

10月10日に

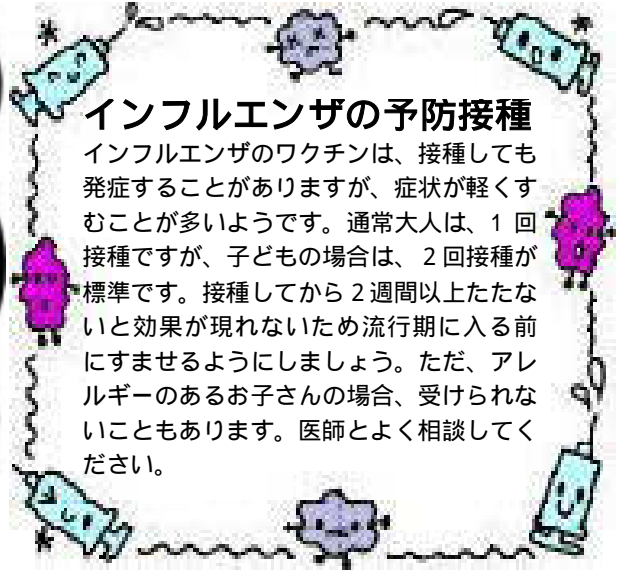
## 園児健康診断を実施しました

異常があった場合は個別にお知らせしていますので、念のため受診して頂き、結果をお知らせください。お子様の健康管理のため、ご理解・ご協力をお願い致します。



## インフルエンザの予防接種

インフルエンザのワクチンは、接種しても発症することがありますが、症状が軽くすむことが多いようです。通常大人は、1回接種ですが、子どもの場合は、2回接種が標準です。接種してから2週間以上たないと効果が現れないため流行期に入る前にすませるようにしましょう。ただ、アレルギーのあるお子さんの場合、受けられないこともあります。医師とよく相談してください。



## かぜの予防をしっかりと

かぜのウイルスは冬の寒さと乾燥が大好き。そろそろ流行が気になります。日ごろから予防を心がけて、元気に冬を過ごしましょう！

### かぜ予防6か条

- 1 うがい、手洗い
- 2 汗をかいたらすぐ着替え
- 3 バランスのよい食事
- 4 部屋の換気と加湿
- 5 規則正しい生活リズム
- 6 人込みを避ける

活発に動き回る子どもたちは、あまり厚着をしていると、汗をかいて、かえってかぜをひいてしまうようです。子どもが着脱しやすく、調節しやすい服装をお願いします。

## 10月の感染症情報

(9/24~10/21)

感染性耳下腺炎 20名

(おたふくかぜ)

す2名 れ8名 は1名

も1名 ゆ1名 さ4名

う3名

