



ほけんだより

H29.11.6

看護師 宮原博子

朝夕の冷え込みが厳しく、夕方の空もすっかり秋らしくなりました。園内の樹木もあたたかみのある色へ変わってきています。日が落ちるのが早くなってお迎えの時間には焦ってしまう時期でもあります。焦らずに気持ちと時間に余裕を持ってお迎えに来て下さいね☆



動きやすい服装で

この時期は寒暖の差が大きくなり、毎日のお洋服に頭を抱えますね。もこもこと厚着であったり、ふわふわしたスカートなどは活発には動くことができません。保育園での服装は『活発に遊べる!』という点で選んでいただくと、助かります。また着脱の練習をしているにじ組やそよかぜ組のお友だちは、特に自分で脱ぎ着しやすいお洋服を選んであげてくださいね。寒さに負けない服装選びのコツをお伝えします☆

◎下着を着る

保温性・吸湿性を考えると、綿100%で半そでの物がおすすです。ただ、古くなると目が詰まって保温性が低下するので気をつけましょう。



◎薄手の重ね着

重ね着をすると、服と服の間に体温で温まった空気の層ができ、厚手の物1枚着るより保温性が高まります。薄手の重ね着なら、動きやすく機能的です。

◎着脱しやすいもの

ファッション性よりも、ボタンやホックをはめやすく、1人で着脱しやすい物が良いでしょう。

☆RSウイルス感染症☆

保育園でも感染する子が多発している『RSウイルス感染症』。感染力が強く、重症化してくると、咳が激しくなり、息苦しいため呼吸回数が多くなり、痰がつかまり、ゼイゼイという呼吸になってきます。特に乳児（1歳未満の赤ちゃん）が感染すると重症化する呼吸器症状をおこしやすく、命に係わるおそれがあります。そのため、病児保育の利用も制限される疾患です。呼吸困難を起こすと命に係わる事もあるので早めの受診を心がけましょう！

咳がひどい時は…

- 体を起こすか、縦抱きにして背中をさする
- 室温は上げすぎず、加湿する
- 水分を少しずつゆっくりと飲ませる



10月の感染状況と内服回数

ひかり	RSウイルス感染症	3名
	内服回数	7回
にじ	RSウイルス感染症	2名
	内服回数	32回
そよかぜ	内服回数	7回
以上児	RSウイルス感染症	1名
	手足口病	1名
	内服回数	76回