



3月のほけんだより



2019/03/01

発行

日中暖かい日が増え、春の足音がしてきましたね。ひまわりさんは卒園に向けラストスパートです。全国的に大流行したインフルエンザ。当園でも近年まれにみる大流行でした。園では終息しては再燃を繰り返しています。まだまだ、1日の寒暖差もあるので、生活リズムを整えて体調に留意していきましょう。

《2月の感染症》

*インフルエンザA型

すみれ1名、れんげ3名、たんぽぽ3名、
こすもす1名、あじさい1名、ひまわり1名
1月から合わせると20名以上の罹患者でした。

・今シーズンは10年前の新型インフルエンザと言われたものと香港A型の2種類のA型インフルエンザが出たのが流行の原因と言われています。3月になるとB型が出る人が多いので予防に努めていきましょう。

*水ぼうそう

すみれ1名(疑い) こすもす1名、ひまわり1名
・ワクチン2回接種のお子さんが多いためか軽く済んでいるようです。3/15まで潜伏期間です。

*胃腸炎(ウイルス性)

すみれ3名、ひまわり1名

『予防接種について』

☆麻疹・風疹ワクチン接種(MR)

就学前麻疹・風疹ワクチンは公費で受けられる期間は3/31までです。









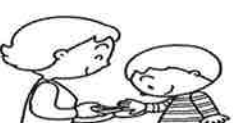

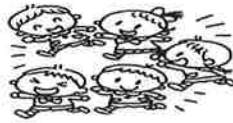

1歳のお子さんは2歳の誕生日の前日までです。忘れずに受けるようにしてください。

☆水痘ワクチン

1歳の誕生日から3歳誕生日前日までに2回接種

☆麻疹風疹や水痘は2回接種することによって抗体が高まります。その他のワクチンで数回あるもの、追加があるものは忘れがちです。接種していないものがないか確認し、体調の良い時に接種するようにしてください。

《1年間どこまでできたかな?》

<input type="checkbox"/> 早寝、早起きができた 	<input type="checkbox"/> 毎日、朝食を食べた 	<input type="checkbox"/> 好き嫌いなく何でも食べた 	<input type="checkbox"/> 食後の歯みがきをした 
<input type="checkbox"/> 排便の習慣がついた 	<input type="checkbox"/> 元気に体を動かした 	<input type="checkbox"/> 外から帰った後、 手洗い・うがいをした 	<input type="checkbox"/> 大きな病気や 怪我をしなかった 
<input type="checkbox"/> 爪はいつも短くしている 	<input type="checkbox"/> テレビやゲームは 時間を決めた 	<input type="checkbox"/> 友だちと仲良くできた 	<input type="checkbox"/> 家族で よくおしゃべりをした 

*心身ともに健康に過ごすためには、良い生活習慣を身につけることが大切です。また、子ども自身が意識して生活していけるよう大人も協力していきたいですね。今現在の生活と照らし合わせ、振り返り、来年度に生かしていきましょう。

