



# 4月のほけんだより



2022/04/01

発行

ご入園、ご進級おめでとうございます！

すみれ組、れんげ組で12名のお友だちが増えました。まん延防止等重点措置は解除されましたが、また増え始めていて第7波が懸念されています。今年度も園としてできる感染防止対策を行ってまいります。ご理解・ご協力をお願いします。

## 「新型コロナウイルスについて」

3月末から再び感染者の増加が見られています。オミクロン株の従来株（BA1）からBA2への置き換わりもいわれていて第7波が懸念されています。BA2はBA1よりも重症化もしやすく、感染力も強いといわれています。

空気中に漂う小さな粒子を吸い込んで感染する「エアロゾル感染」も感染経路として認める見解が出されました。保育園でできる密の回避、換気（二酸化炭素計使用で見える化）、手洗いの徹底など行っていきます。

## 「マスクの取り扱いについて」

子どもたちのマスクの着用は、基本推奨していません。着用するのは、  
〈あじさい・ひまわり組〉

咳がある時、保護者の希望がある時  
〈こすもす組〉

咳がある時（担任が判断）



\*マスクの着用、取り扱いについては、新型コロナの感染状況等により変更になります。

## 『生活リズムを整えよう』

健康な身体と情緒を育てるには生活リズムを整えることが大切です。身体の中の時間と生活の時間には1時間の時間差があり、ほっておくと夜型の生活に移行してしまいます。生体リズム(25時間)は生後4ヶ月ころから育ち始め、5~6歳頃に完成するといわれているので、保育園時代に生活リズムを作っていくことが大事なのです。



夜9時前に寝て、朝7時には起きるのが理想的です。遅寝を早寝にするのは難しいもの。朝起きてから14時間後に眠くなると言われてるので、まずは遅く寝ても早く起きる習慣を身につけましょう。



朝起きたら部屋のカーテンを開け、太陽の光を浴びましょう。朝の光が目からはいることによって生体時計がリセットされ身体も脳も目覚めます。



朝食で胃腸を働かせ、目覚めさせます。園で活発に活動するために、しっかりと朝食を食べてから登園しましょう。

## 【保護者の方へお願い】

☆登園前の検温、連絡板への記入

☆送迎時マスク着用と  
アルコール手指消毒（子ども達は登園時手洗いするので消毒はいりません）

☆送迎時は速やかに。

☆保護者の方で体調不良時お迎えになる場合は、玄関対応になりますので、ご連絡ください。



保健が変わります。4/14迄になります。長い間ありがとうございました。

新任は金丸知世



（かねまるともよ）さんです。よろしくをお願いします。