

おひさま

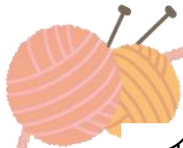
ながかみ 保健だより
2024年2月号 文責 山下美香子



節分・立春を過ぎると、暦の上では春になりますね。
先月からの寒さや冷え込みを体感していると、
暖くなる春の訪れが待ち遠しいですね。



感染症対策へのご協力ありがとうございます。



インフルエンザA型や胃腸炎症状(嘔吐・下痢)での欠席が増え、園でもお子さんやスタッフが“かからない”・“うつさない”ために、風邪症状のみられるお子さんや家庭保育が可能なお子さんのお休みのご協力をいただき、ありがとうございます。

引き続き、手洗い、うがい、園内の換気、おもちゃや手が触れる扉やてすりなどの消毒を強化して行ってまいります。

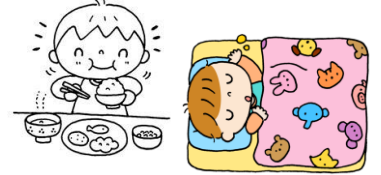
上記、症状については、おひさま(保健だより)12月号と1月号に掲載しておりますので、再度、ご一読および対応へのご理解をいただきますよう、よろしくお願いいたします。



「かからない」「うつさない」ために、今できること!

日常生活で心がけたいポイント

- ① 十分な栄養と睡眠を、生活リズムを整えよう
- ② こまめなせっけんでの手洗いとうがい
- ③ 窓を開けて換気、閉めたら加湿(下記参照)
- ④ 人が多いところや集まる場所への外出は控える



冬場の換気と加湿を忘れずに!

<換気>

- ・こまめな換気をしましょう。
- ・空気の入れ換えをしましょう。

<加湿>

- ・ウイルスは乾燥に強く、生き残ります
- ・湿度50~60%を保ちましょう。

