



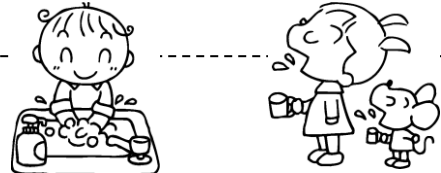
1月のほけんだより



あけましておめでとうございます。新しい1年のスタートです。年末年始の冬休みは楽しく過ごせましたか。つい夜更かししてしまったり食べ過ぎたりしませんでしたか。元気に過ごすために睡眠、栄養、運動のバランスを大事に過ごしましょう。感染症も流行する時期ですので体調管理に気を付けていきましょう。

ぶどう組さんで手洗い、うがい指導を行いました。

手洗い指導では汚れに見立てたローションを使用し手洗いの後に汚れが無くなることを見て確認することができました。外遊びの後や食事の前に石けんで丁寧に手を洗う姿がみられました。うがい指導ではブクブクうがいとガラガラうがいの絵を見て、実際に水をふくんだ音を聞いて真似をしました。習慣になるようにしていきたいと思います。



嘔吐物の処理について

冬になり下痢、嘔吐でお休みするお子さんが増えました。換気、手洗い、マスク、うがいに合わせて2次感染予防のためにご家庭でも嘔吐物の処理にご留意ください。

□窓を開けて使い捨ての手袋とエプロンを付け、使い捨ての雑巾やペーパーなどで嘔吐物を周辺から拭き取る。

□次亜塩素酸ナトリウムを薄めた消毒液で嘔吐物があった場所を浸すように拭き取りその後水拭き。汚れたものは全てポリ袋に入れて消毒液をかけて密閉して捨てる。

□嘔吐物のついた服などは85℃以上の熱湯に1分間以上つけるか消毒液につけてから洗濯する。

□処理が終わったら石けん手洗いしましょう。

□洗濯後の乾燥機やアイロンも高温なので殺菌効果が高まります。



健診のお知らせ

予定表と変更になりました。

1月14日（金）13：30
2.5歳児健診

※都合により日程が変更になることがあります。その都度事前にご連絡いたします。

次亜塩素酸ナトリウム液（0.1%）消毒液の作り方

簡単な目安は

500mlのペットボトルに水を入れ、ペットボトルの蓋2杯の漂白剤を入れ、混ぜます。ペットボトルの蓋が1杯≒5mlです。ご家庭で使用される漂白剤は主に5～6%ですが成分表を必ず確認してください。作り置きはせず、1回作った消毒液は使い切りましょう。

