



2024年11月1日
ハレルヤ保育園

インフルエンザやノロウイルスなど、冬に多い感染症が流行する季節になってきました。手洗い・うがいを徹底し、規則正しい生活を送るように心がけ、感染症を予防しましょう。

検尿提出日

11/1 (金) 8日 (金)
※ 登園時、朝9時までに
提出して下さい

幼児にとっての衣服の役割

子どもはどうして薄着がいいの？

直接外気に触れたり、寒い刺激を受けると、脳をはじめ神経全体が「寒いからなんとかしなければいけない！」と働きます。その結果、皮膚の毛細血管が収縮して身体から熱が逃げるのを防ぎます。薄着で過ごすことにより、皮膚は暑さや寒さを敏感に感じやすくなり、その結果、血管の収縮・拡張を繰り返し、体の体温調節機能が養われます。また、同時に自律神経のバランスも発達していきます。運動量の多い子どもにとっては、薄着の方が動きやすいので、遊びを安全にしてくれます。

何を着たらいいのかな？



薄着の効果的なポイントは？

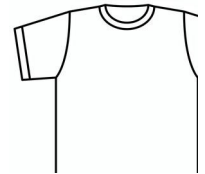
本格的に寒くなる前の秋から、厚着になりすぎないように注意してあげましょう。これまで厚着だった方は急に薄着にしてしまうと、それこそ風邪をひいてしまいます。服の枚数は徐々に減らしましょう。

薄手の服を重ね着しましょう。厚手の服に頼るよりも、薄手の服を重ねたほうが空気の層ができるため温かく、後で脱ぎ着して体温を調整できるのでおすすめです。

肌着を着ることの大切さ

肌着は、肌を清潔に保つ働きがあります。幼児は、よく汗をかき、皮脂や角質片がはがれた「あか」も多いので、肌着は、吸水性や吸湿性、通気性が高いものを選んで

着せましょう。また、動きやすいように伸縮性があるものにします。



保護者の皆様へ

寒暖の差が大きくなり、咳や鼻水が出て風邪をひいたり体調を崩しやすい季節になってきました。冬は感染症やウイルス性の胃腸炎が流行します。乾燥と低い気温はウイルスが好む環境で、感染力が強まりやすくなります。体の水分が不足していることも免疫力の低下につながります。乾燥していると喉や鼻の粘膜が乾燥し、感染に対する防御反応が弱まってしまいます。ウイルス性の胃腸炎では下痢や嘔吐で体内の水分が奪われるため、脱水症になるおそれがあります。インフルエンザは予防接種で感染を防止することができます。また感染しても重症化するのを防ぐ効果もあります。赤ちゃんなどの小さなお子様が予防接種を受けられないときは、周りにいる大人や家族が予防接種をすることで感染を予防することができます。また寝不足や体調が悪い時などは免疫力が低下して病気にかかりやすくなります。子どもだけでなく、家族みんなの体調管理に気をつけながら寒い冬を乗り切っていきましょう。

※加湿器を利用して室内の環境を整えて感染を予防しましょう！



10月の感染症報告

(10/1~30)

ヘルパンギーナ 1名