

ほけんだより

改正新型インフルエンザ対策特別措置法に基づく緊急事態宣言が発効されて約 1 ヶ月。新型コロナウイルスの感染はまだ続いています。

これからも不要不急の外出は控える、3密の状況を作らないなどの感染対策は必要です。自分を守ることが、周りを守ることにもつながります。自粛疲れでついつい外出したくなりますが、今、気を緩めてしまっては今までの我慢が水の泡です。もうしばらくお互いに感染予防をしながら過ごしましょう。

保育園で教えている手の洗い方を紹介します。お子さんと一緒にぜひ行いましょう。

◆手の洗い方◆

1. 腕まくり
 2. 水でぬらす
 3. 石鹸を泡立てて
手のひらを洗う
(お願いのポーズ)
 4. 手の甲を洗う
(カメさんのポーズ)
 - 指と指の間を洗う
(三角お山のポーズ)
 6. 指先・爪の間を洗う
(オオカミのポーズ)
 7. 親指を包んで洗う
(バイクのポーズ)
 8. 手首を洗う
(捕まえるポーズ)
 9. 石鹸を流す
- 

◆手を洗うタイミング◆

普段の状況で手を洗うタイミングを子ども達に教える場合は、外から帰ってきた時と食事の前など決まったタイミングを教えていましたが、現在の状況ではそれだけでは足りないと思われます。特に、顔を触る前後はとても重要になります。ウイルスは鼻や目からも体の中に侵入すると言われています。ついつい目をこすってしまった、ついつい鼻をこすってしまった、その時手にウイルスが付いていたら容易に体の中に侵入してきます。

また、どこにウイルスが付いているかは誰かがわかりません。特に不特定多数の人が触る物(電車の手摺、エレベーターのボタンなど)を触った後は、必ず手を洗いましょう。

現在の状況では、どれだけ手を洗っても洗いすぎはありません。こまめに手洗いを心掛けましょう。

5月の予定

身体測定

- ひよこ組 12日(火)・26日(火)
りす組 11日(月)
うさぎ組 14日(木)
ぱんだ・きりん・ぞう組 15日(金)

乳児健診(ひよこ・りす組)

- 13日(水) 吉原医院
19日(火) 土信田医師

内科健診(うさぎ・ぱんだ・きりん・ぞう組)

- 13日(水) 吉原医師

**※身測及び健康診断につきましては、状況により延期又は中止とする場合もあります。
ご了承ください。**