



花表こばと保育園 ☎ 626-6031  
FAX 626-6032



き組      かわしななこ さん  
          くりすともき さん  
          ますだけい さん  
          ますださき さん  
あか組    かのゆい さん  
ひよこ組 うえむらまどか さん



### 今月のうた

「いも掘れホーレ」  
「ドコノコキノコ」  
「こぎつね」

### 足のお知らせ

雨天の時は、8日(月)に延期します。雨でもお弁当は要ります。

持ち物等の詳細はクラスだよりをご覧ください  
き・もも組：鶴舞公園 10時15分出発予定  
あか、しろ組：高蔵公園 9時50分出発予定

### お知らせ



\*送迎時間の確認をさせていただいています。

勤務場所、勤務時間等が変更の時はすみやかに申し出てください。

\*25日に健康診断があります。何か健康のことでご心配なことがあれば、事前に担任まで知らせてください。

\*保育士撮影による写真掲載が22日(月)～29日(月)になります。この期間に注文してください。パスワードは22日にお渡しします。

\*日が暮れるのが早くなり、お迎え時にはもう真っ暗で、冷え冷えする季節になりました。近隣への配慮のため速やかな帰宅をお願いします。

10月中旬から初冬のような天候になりました。日本の四季、とりわけ過ごしやすい春と秋の期間が短くなっていくような気がします。気候の変動のなかでも子どもたちは鼻水たらしながら、元気に過ごしています。毎日、みんなが元気に登園してくれることが園の活気につながっています。

くじらバスで行く遠足が楽しみです。春の遠足が途中で雨になってしまい残念だったのですが、今回は予備日を設けました。

さて、玄関先に置いてある小さな生き物もメダカだけになりました。スズムシの鳴き声を期待していたのですが、孵化して残ったのは(半分本園にあげたため?)みんなメスばかり、オスは1匹もいませんでしたので、鳴き声を聞くことができず残念でした。き・ももさんに公園に放してもらいました。今、小さな生き物たちは冬にむけて、蓄えたり、子孫を残したりする時期ですね。

### <11月の予定>

- 1日(月) 集金袋渡し(10月延長保育利用者)  
来年度入所面接 看護実習～5日
- 2日(火) バス遠足 雨天の場合8日(月)
- 3日(水) 「文化の日」につき休園
- 4日(木) 幼児給食費引き落とし日
- 2(火)、4日(木) 延長保育料集金日
- 8日(月) 保育実習 ～20日(土)
- 12日(金) SIDS訓練
- 17日(水) お話し会
- 22日(月)～29日(月) 写真掲載申し込み期間
- 23日(火) 「勤労感謝の日」につき休園
- 25日(木) 健康診断 乳児保育料引き落とし
- 26日(金) 誕生会、

<き・もも組プール>10, 17, 24日

### アンケートのお礼

結果を添付しました。たくさんのご意見をいただきました。日ごろ気が付かないことも保護者目線で見ると、改善の余地がずいぶんあることに気づかされるのがアンケートの意義かと思えます。できることから進めていきたいと思えます。ありがとうございました。

# ほけんだより

令和3年11月号

朝夕は冷える季節になり、気温の差が大きくなってきました。寒くなってくるとインフルエンザなどの感染症が流行します。風邪やインフルエンザで高い熱がでると心配になるものですが、熱は体が病原体と戦うための生理的な反応です。お子さんができるだけ楽に過ごせるようにケアできるとよいですね。

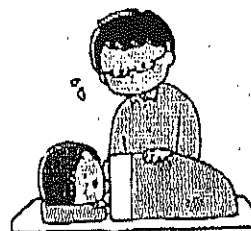
## 熱があるときのホームケア

### ◎こまめに体温調節しましょう◎

体温が上がっている途中は寒さを感じていることが多いです。手足が冷たかったり体が震えていたり、お子さんが寒がっているときは衣服や毛布を追加して保温しましょう。

体温が上がりきると手足が温かくなったり顔が赤くなったりします。薄着にした布団を調整したりして熱を発散させるとよいです。汗をかきますので水分補給もしましょう。

風邪などの感染症によって熱が出ているときは、冷やしても熱が下がる効果はあまりないといわれています。無理に冷却枕や冷却シートを使用する必要はありません。お子さんが気持ちよく感じるのであれば使用してもよいでしょう。



### 注意!!

顔に貼った冷却シートがずれて口や鼻をふさいでしまうという事故も起きています。小さいお子さんに使用するときには十分注意しましょう!

### ◎入浴は短時間にしましょう◎

熱が出ると汗をたくさんかくことも多いです。長時間の入浴は激しく体力を消耗しますので、軽いシャワーや体を拭く程度にしましょう。シャワーをするときは、あらかじめ浴室や部屋をあたたためておき、体が一気に冷えてしまわないように気をつけましょう。



### ◎解熱剤は正しく使いましょう◎

解熱剤（坐薬や内服薬）に病気そのものを治す効果はありません。しかし、熱が下がることで食事や睡眠がとりやすくなったり、つらさが和らいだりすることがあります。

解熱剤を使用して一時的に熱が下がっても薬の効果がきれてくると再び上がってくる場合がありますので、引き続き様子をみて静かに過ごすようにしましょう。解熱剤は使用する量や間隔が決まっていますので医師の指示に従って正しく使うようにしましょう。



### インフルエンザなどの感染症を予防するためには・・・

新型コロナウイルス感染症予防のために行っている、手をよく洗うことやマスクをつけることは、インフルエンザなどの感染症予防にも効果があります。

インフルエンザワクチンを接種しても発症することがありますが、症状が軽くすむことが多いと言われています。予防接種とあわせて、手洗いやマスクの着用、人ごみを避けるといった日ごろの対策もしっかり行っていきましょう。

