

# すくすくげんき通信

1月号 明野しいのみ保育園 令和4年1月4日発行



新しい年が始まりました。年末年始、家族や親戚と集まったり、少し夜更かしをしてみたりと子どもたちは楽しいことがいっぱいあったと思います。でも生活リズムが乱れてしまうのもこの頃です。生活リズムを戻すには、「朝ごはんをしっかり食べる」「休みの日も同じ時間に起きる」がコツとなります。今年もげんきいっぱいに登園しましょう。



## 病児保育がスマホで登録できます

子どもさんの急病や、お仕事を休めずに看病ができないときのために病児保育というサポートがあるのをご存じですか？

病児保育のネット予約サービスがはじまっています。これまで病児・病後児保育室に電話で問い合わせを行っていましたが、ネット予約サービス「あずかるこちゃん」を利用するとスマホからいつでも簡単に確認ができます。

もしものときの頼れる場所として1度ご覧になってみてください。詳細は大分県 web サイトへ

<http://www.pref.oita.jp/site/byoujitokusetsu/>



## 目を離さない・・・だけではダメ！です。

毎年、食べものが原因で子どもが窒息する事故が起こっています。多くの事故が、大人と一緒に食事している中で起こっているそうです。目を離さないだけではなくより具体的な対策が必要なのです。

### （危険な大きさ）

・大人の人差し指で作った丸を通るもの

### （危険な形や性質）

・丸い・つるつる・粘着性が高い・固い

### （こんなもので・・・）

・プチトマト・ぶどう・白玉団子

・カステラ・マシュマロなど

年末年始はいろいろな食材や、おいしいものを食べる機会も多いかと思いますが、形や性質など注意して楽しい食事の時間になるといいですね。

## MR(麻疹・風疹の混合ワクチン)の 予防接種はお済みですか？

対象になるのは

(第1期)生後12月から24月未満

(第2期)小学校就学前1年間(ひまわり組の園児)

接種はお済みですか。体調の良いときに忘れずに接種しましょう。

尚、予防接種を受けた後は園でお預かりできません。自宅で副反応が無いか観察をお願いします。



## 冬も水分補給が必要な3つの理由

1. のどや鼻の粘膜には、すごく細い毛のようなものがびっしりと生えています。この名前は繊毛で、ウイルスなどが鼻や口から入ってくると、ゆらゆら動いて外に追い出します。でも水分が足りなくて粘膜が乾くと繊毛はうまく動かせません。
2. 体の中に入ってきたウイルスなどは、鼻水や痰と一緒に体の外へ追い出されます。鼻水や痰のほとんどは水分です。
3. かぜやインフルエンザになってしまったら熱や下痢、おう吐で体から水分がたくさん出ます。

冬も夏と同じように水分が必要となってきます。水分摂取を心がけていきましょう！！

