

## 31月 ほけんだより

令和7年11月 エレナ保育園

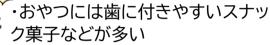
冷たい風を感じたり、赤や黄色に色付く葉っぱを見つけて遊ぶ子供たちは、秋が深まり、冬へと移り変わってい くのを感じながら、遊びを楽しんでいます。

冬に向けて心も体も元気に過ごせるよう、生活リズムを整えて風邪の予防をしていきましょう。



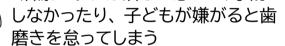
## 虫歯になりやすい環境

ジュースや乳酸飲料をいつも飲ん



・乳歯の虫歯は生えかわるからと放 置している

・治療をすれば治ると思って、予防





・定期的な歯の検診をしない

・食事の時間を決めない

11月14日(金曜日)









乾燥肌のお子様が増えてきました。 エアコンや化繊素材の衣服の影響 だと思われます。

乾燥肌をかきむしって傷をつけて しまうと、皮膚のトラブルを起こし てしまいます。

そうなる前に日ごろからケアを心 がけましょう。

朝晩の保湿は市販のクリームで十 分ですので保湿の徹底をお願いし ます。













症状の出方

進行

発 熱

寒気

鼻 水

せき

頭·関節·筋肉痛



\*かぜ (普通感冒)

のどや鼻 ゆるやか

ないまたは38度前後

軽くある

ひき始めに出る

軽く出る

痛みは軽い



激

40度前後の高熱

強い

後から続く

たくさん出る

痛みが強い

※インフルエンザは、発症後5日を経過し、かつ解熱後3日を過ぎるまでは登園できません。

※登園初日には登園届を記入していただきます。(書類は登園にあります)