

ほけんだより

1月号

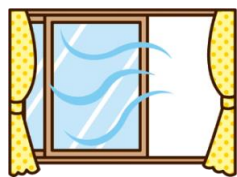
令和2年1月



冬休みを楽しく過ごすためにはウイルスに負けない事が大切です。
 手洗い・うがい・咳エチケット・栄養バランスの良い食事でウイルスを跳ね返しましょう。
 毎日の積み重ねが大きな結果となるはずで。それを信じて、私たちは毎日保育園での子供たちの生活リズムを崩さないように意識して保育にあたっています。
 お家では「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」をお願いします。



こんなことに気を付けましょう



換気をしましょう



目標は湿度50%です



人混みに感染症の人がいるかもしれません



手洗い・うがい



咳エチケット



早寝・早起き

休日診療・休日歯科診療

お問い合わせ 健康センター 23-2191

子どもの健康相談室 #8000

12月29日～1月3日は、午前8時～翌朝8時に実施しています。子どもの急な病気への対処など判断に迷ったときに、看護師や保健師に相談できます。

東京消防庁救急相談センター #7119

急な病気やけがをした際に、病院へ行った方がよいか救急車を呼んだ方がよいか迷ったとき、相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者等の職員)が、24時間年中無休で相談対応しています。



12月の感染症

手足口病 ...10名
 溶連菌感染症 ...1名
 インフルエンザA型 ...3名
 ウィルス性胃腸炎も流行する時期です。体調が優れない時は早めの安静と病院受診をしましょう。

