



Vol.93

あのねレター

H24.12.1
なかよし保育園
子育て支援センター
事業推進委員会
Tel 086-255-4134
ホームページ
http://www.Kids-nakayoshi.jp/nakayoshi/

10月30日(火)
第3回目赤ちゃんクラブ



たくさんの親子が参加してくれました!



交通安全指導
11月13日(火)



お母さんや、友達と一緒に横断歩道を上手に渡れたよ!

12月の予定

月	火	水	木	金
3 サロン	4 オープンスペース	5 サロン	6 サロン	7 サロン
10 サロン	11 オープンスペース	12 サロン	13 サロン	14 サロン
17 サロン	18 オープンスペース	19 クリスマス会	20 サロン	21 もちつき
24 振替休日	25 オープンスペース	26 お休み	27 お休み	28 保育園お休み
31 保育園お休み	お知らせ 今年の支援センターは12月25日(火)までです。来年は1月7日(月)からです。よいお年をお迎えください			

クリスマス会

・日時:12月19日(水) 10:00~
☆時間厳守でお願いします!!
・場所:なかよし保育園 遊戯室
素敵な歌を聞いたり、みんなで歌って楽しみましょう♪

※要予約(申し込みは園の方へ)

もちつき

・日時:12月21日(金) 10:00~
・場所:なかよし保育園 園庭

・持ち物:エプロン・三角巾

保育園の友達が餅つきをします。つきたてのお餅を丸めて、みんなで一緒に味わいましょう♪

当日は温かい服装でお越しください。

※要予約(申し込みは園の方へ)

"ノロウイルス" 注意報の発令について

最近の感染性胃腸炎の発生状況から、ノロウイルスによる食中毒の発生が危惧されるため、県内全域に食中毒(ノロウイルス)注意報を発令しました。感染症胃腸炎とは、嘔吐下痢症、胃腸かぜ、胃腸炎などと呼ばれる嘔吐や下痢を主症状とする感染症です。

◎冬に流行する感染胃腸炎の原因は、ウイルスが中心です。

- ・ロタウイルス(乳幼児下痢症の原因のウイルス)
- ・ノロウイルス(手指や食品などを介して、経口で感染し、ヒトの腸管で増殖し、嘔吐、下痢、腹痛などを起こします)
- ・アデノウイルス等

ノロウイルスによる食中毒予防のポイント ウイルスをつけない

- ◎調理前や用後は、石けんを用いて十分な流水で手をよく洗いましょう。
- ◎食品に直接触れる際にはできるだけ「使い捨て手袋」を着用しましょう。
- ◎下痢や嘔吐の症状がある場合は、食品を直接取り扱う従事しないようにすること。

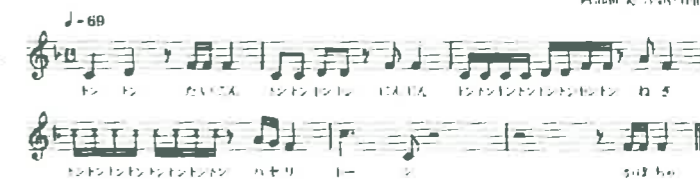
ウイルスをやっつける

- ◎加熱が必要な食品は、中心部まで十分に加熱して食べましょう。

岡山県ホームページより



子どもの体を野菜に、保護者の手を包丁に見立てて、切るしぐさをしながら体にさわると、スキンシップ遊びです♪



① トントンだいこん



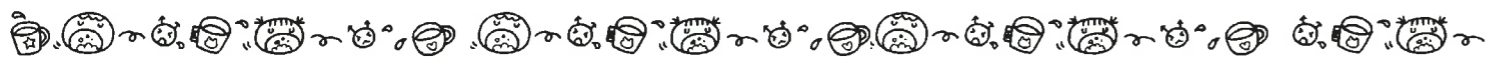
② トントンニンじん トントンネギ



③ トントントン... パセリ



④ トーン かぼちゃ



毎年、冬から春はインフルエンザの流行するシーズンです。

インフルエンザに代表される呼吸器感染症は、咳やくしゃみなどで空気中に飛ばされた飛沫を吸い込むことによって感染します。1回の咳やくしゃみで体外に放出される病原体は1万~10万個ともいわれており、また飛沫の届く範囲も2~3mに及ぶとされています。自分でできる予防法を忘れずに行いましょう。

① 手洗い、うがい

外出後や食事の前は必ず手洗い、うがいをしましょう。

正しい手洗いは、石けんやハンドソープを使って最低15秒以上、手のひらだけでなく、手の甲、指の間やつめの間、手首までしっかり洗いましょう。洗った後は、清潔なタオルなどで水分を十分ふきとります。

② マスク

咳、くしゃみなどの症状がある時は、できれば人ごみや外出を控えたり、マスクを着用しましょう。

マスクはガーゼマスクより不織布製マスクが効果的です。マスクのひだを広げ、マスク上端の鼻にあたる可変部分を曲げて、顔にぴったりフィットするようにしましょう。

マスク表面にはウイルスが付着していることがあるため、着用後はマスク表面をさわらないように!

③ 咳エチケット

咳、くしゃみをする時は、周りの人から、顔をそむけるようにし、口と鼻をティッシュなどで覆いましょう。

ティッシュがない時は、服の袖やハンカチで口を覆いましょう。



北区中央保健センター 保健師 山本 征枝