



新年が明けて早くも1ヶ月が経とうとしています。学校では3学期がスタートし、人の動きができてくると同時に新聞等ではインフルエンザの流行が始まりました。当園ではまだインフルエンザの診断を受けた子はいませんが、ひな祭り会に向けての練習が本格的になると疲れから熱を出す子が増えてきます。十分な休息をとり、ひな祭り会には園児全員が立派に舞台に立てるよう体調を整えて行きたいですね。また、発熱等体調不良時は無理をせず、静養できるようご協力をお願いいたします。

### 咳やくしゃみはどのくらい飛ぶ？

空気が乾燥し、これからの時期インフルエンザや風邪が流行します。インフルエンザなどのウイルスは、感染している人のくしゃみや咳の飛沫に含まれていて、その飛沫が付着することで感染します。咳やくしゃみのしぶきは、約2メートル飛ぶと厚生労働省がYouTubeに公開しています。感染者の咳やくしゃみによって拡散された飛沫が免疫を持たない人の手などに付着し、そのままの手で目をこすったり、口や鼻の中に運ぶことによって感染する危険が増大することになります。

### 油断できないかぜ

かぜは年齢が低いほど、中耳炎や気管支炎、肺炎などを起こしやすくなります。気管の弱いお子さんの場合は、のどがゼーゼーしたり、長引いたりする傾向があります。早めに診察を受けましょう。

#### 冬のかぜによくある特徴

- せき・鼻水・のどの炎症・発熱 → 呼吸器系にくるかぜ
- 下痢・おう吐 → 消化器系にくるかぜ
- 両方の症状 → インフルエンザの疑い

### マスクで咳のエチケット

薬局などで見かけるかわいい子ども用のマスク。以前に比べると種類も豊富になりましたね。年齢が小さいとなかなかマスクをつけるのは難しいですが、意外と子どもの好きなキャラクターだったりすると喜んでつけてくれたりします。人ごみなどに出かけるときは準備しておきたいですね。おうちのひとがマスクをつけていたりすると、まねをしてつけてくれることもあります。

保育園に持参する場合は鼻水などで汚れたり、落としてしまったりするので予備のマスクの準備もお願いします。

右側の歌詞は、ひよこぐみ、こっこぐみの子どもたちが先生と一緒に楽しんでいるこんこんクシャンのうたです。リスさん、ぶたさん、ぞうさん、かぼさんの絵を見ながら身振り手振り。マスクをつけてあげて最後にみんなでお大事に。かわいらしい歌声にほっこりするひと場面です。



#### こんこんクシャンのうた

りすさんがマスクした ちいさいちいさい  
ちいさいちいさいマスクした  
こんこんこんこんクシャン  
ぶうちゃんがマスクした まあるいまあるい  
まあるいまあるいマスクした  
こんこんこんこんクシャン  
ぞうさんがマスクした なあがいなあがい  
なあがいなあがいマスクした  
こんこんこんこんクシャン  
かぼさんがマスクした おおきいおおきい  
おおきいおおきいマスクした  
こんこんこんこんクシャン

#### 2月の乳幼児健康診査

- 1日(水) 2歳6か月児相談
  - 9日(木) 1歳6か月児健診
  - 10日(金) 乳幼児健康診査
  - 23日(木) 赤ちゃん相談
- 詳しくは広報しずくいしで確認のうえお出かけください。

