



# すくすくげんき通信

明野しいのみ保育園 令和7年11月28日発行



気温が下がり空気が乾燥する冬。感染症流行のシーズンがとうとうやってきました。感染症は様々ですが、感染予防の基本は同じ。手洗いなどのいつも通りの対策をいつも以上に念入りに。一方で、冬だからこそ楽しめるものもたくさんあります。たとえば、夜空に輝く星は冬の方がきれいに見えます。これは空気が乾燥して透明度が上がるからです。温かい食事も寒い日にたべるとよりおいしく感じます。冬ならではの楽しみ方も探してみてください。



## ☆内科健診・歯科検診が終わりました☆

園では年に2回、嘱託医による内科健診・歯科検診を実施しています。内科健診で再受診の必要があった方は個別に連絡していますので、速やかに対応していただきますようお願いいたします。歯科検診も要治療の方は早めに受診をお願いします。5月の歯科検診から未治療のまま11月の検診を迎える方多くいました。ひどくならないうちに治療を始めれば早く治ります。早期発見により痛みの少ない方法で治せます。「受けたら終わり」でなく、検診から治療へバトンタッチ!するようお願いします。どんなに一生懸命にみがいても歯垢は少しづつたまります。嘱託医の先生からお話を伺うと、歯垢が目立つ子どもさんも多く見られました。子どもだけのブラッシングでは不十分な箇所もでてくるので仕上げ磨きをして口の中をチェックしてください。また、歯の表面が溶けている子どもさんも見られています。これは甘いおやつや、ジュースの「だらだら食べ、飲み」が原因です。おやつ等は時間を決めて食べるようになしましょう。今回「要治療」でなかつた人も定期的に歯科受診をし、予防することが大切だそうです。かかりつけの歯科を探すのもよいと思います。定期的に歯医者さんでチェックしてもらいましょう。



## 【お知らせとお願い】

**12月2日より既存の健康保険証が使えなくなります。既にマイナンバーカードの健康保険証を登録されている方は「医療保険の資格情報」を提出いただいていますが、まだの方については「資格確認書」の提出を早急にお願いします。不明な点は看護師または担任にお声掛けください。**

園でも感染性胃腸炎、インフルエンザなど流行し始めました。下記の様な症状があるかたは病院受診をお勧めします。

冬に流行しやすい 感染症		
<b>インフルエンザ</b>	<b>ノロウイルス</b>	<b>新型コロナウイルス</b>
 特徴 通常の風邪と比べて、急激に強い症状が現れる。 潜伏期間 1~3日 症状 38度以上の高熱、頭痛、関節痛、咳、鼻水、倦怠感、悪寒など	 特徴 感染力が非常に強く、感染者の排泄物やおう吐物などからも感染する。 潜伏期間 1~2日 症状 吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽度の発熱など	 特徴 風邪のような軽い症状から、強い発熱や呼吸器症状まで幅広い。 潜伏期間 2~4日程度 症状 咳、のどの痛み、37.5度以上の発熱、倦怠感、味覚障害など