

# すくすくげんき通信

明野しいのみ保育園 令和8年1月30日発行



旧暦では2月を「如月」と呼びます。語源には寒さで着物を重ねる「衣更着」、季節が陽気になり始める「気更来」などがあります。まだまだ寒さが厳しいですが、2月4日には立春を迎えて暦の上では春になります。気候に合わせて服装を上手に調節しながら寒さを乗り切りましょう。



## まさか豆で？こんな事故に気をつけてください

節分と言えば豆まきですね。1年の無病息災を願ってまく豆ですが、思わぬトラブルを招くことがあります。小さい子どもさんは、かみ砕いたり飲み込んだりする力が不十分なため、豆が気道に入りやすく、肺炎を起こすことも。また、気道が狭いので窒息した例もあります。

消費者庁は・・・

### 「5歳ごろまでは豆やナッツ類を食べさせない」

となっています。

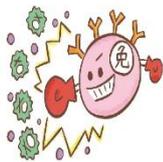
豆まきをした後は、子どもが拾った豆を口に入れてしまう場合があります。(個包装された商品もあるようです) 後片付けをしっかりと行って気をつけたいですね。

※保育園の豆まき行事では、節分豆を食べません



## 食物アレルギーってなに？

体には外から入ってきたウイルスや細菌などの敵を攻撃したり、外に追い出したりする、「免疫」という働きがあります。食物アレルギーは、この免疫が特定の食べ物を敵と間違えて過剰に反応して、まぶたやくちびるのはれや、じんましん、かゆみなどのアレルギー症状を引き起こす病気です。



## 食物アレルギー 診察前に準備しておきましょう

正しい診察を受けるためには、状況を医師に十分理解してもらう必要があります。アレルギー症状が出るかどうかは食べた量や調理方法で変わることがあります。詳しく正確に伝えることが大切です。

□何をどれくらいの量食べたか？ □どんな調理形態だったか？ □どこにどのような症状が現れ、どのように変化したか？ □食べてから何分後に症状が現れたか？ これまで同じものを食べて症状が出たことがあるか？

不安なことや確認しておきたいことなども

併せてメモをしておくと、聞き忘れを防ぐことができます。

### 食物アレルギーが多い食べ物



間違ってもアレルギーのある食べ物を食べると、ひどいときは命に関わる場合もあります。

⚠️ 食物アレルギーは好き嫌いやわがままではありません。⚠️