



令和7年10月31日発行

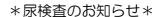
11月になり、葉っぱの色が赤や黄色へと美しく色付き始めました。落ち葉を拾う子どもたちも 秋から冬への移り変わりを感じているようです。冬に向けて心も体も元気に過ごせるよう、か ぜ予防はしっかりと行いましょう。 **ummummum

園児の健康状況(10月)

- 熱•咳•風邪•手湿疹
- RSウイルス・気管支炎
- ※上記の症状でお休みするお子 さんがいました。

بالالالالالالا







提出日・・11月19日(水) 厳守

※ゆき・ほし・そら組対象

★検査結果に影響がありますので、夕食後の 過剰なビタミンC摂取はさけてください。







インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み 筋肉痛などのつらい全身症状を伴います。家族からうつる ことも多いので、みんなで予防を心がけましょう!

予防のために



- ① 予防接種を受けるようにする
- ②外から帰ったら、必ずつがいと手洗いをする
- 3 栄養のある食事と、水分をしっかりとる
- ◆ 室内の湿度、温度に気をつけ、こまめに換気する
- 6 室温は 20℃前後、湿度は 60%くらいを保つ
- 6 人込みを避ける







かぜとインフルエンザは、ココが違う!

	かぜ(普通感冒)	インフルエンザ

発症時期	1年を通じ散発的	冬季に流行
主な症状	上気道症状	全身症状
症状の進行	緩除	急激
発熱	通常は微熱(37~38℃)	高熱(38℃以上)
主症状(発熱以外)	◆ くしゃみ● 喉の痛み● 鼻水、鼻づまり など	咳 ● 喉の痛み ● 鼻水全身倦怠感、食欲不振関節痛、筋肉痛、頭痛 など
原因ウイルス	ライノウイルス、コロナウイルス、 アデノウイルス など	インフルエンザウイルス







石けんを泡立てて、 手のひらをよくこする。



手のこうを のばすようにこする。



指先・つめの間を 手のひらの上でこする。



指の間を洗う。



親指を ねじり洗いする。



手首も忘れずに。



①~⑦を2回繰り返す とより効果的です!

泡をよく洗い流す。

消毒は手を ょく拭いてから!