社会福祉法人中日会 ステラ保育園 理事長・園長 山田茂樹



ほけんだより



ステラ保育園 看護師 砂川礼子

あけましておめでとうございます。年末、年始は楽しく過ごせましたか?新型コロナウ イルスによる感染拡大もあり、いつもとは違う年始を迎えた方も大勢いるのではないかと 思います。引き続き感染症対策を徹底していきましょう。今年も子供たちが健康で元気に 過ごせるように努めていきます。本年もよろしくお願いします。

寒い時期のけがや病気にちゅうい!

こんなことに気をつけましょう



人の多い場所は避け ましょう。



外から帰ったら 手洗い、消毒。



咳エチケットを 守りましょう。



1時間に1~2回 換気しましょう。



乾燥しないように 加湿しましょう。

早寝、早起きをしましょう。



ポケットに手を入れたまま 歩かないようにしましょう。











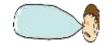








鼻水のおはなし



どうして鼻水がでるの?

鼻水は体を守るために必要なもの で、鼻や喉についたウイルスを排除 するために出るものです。 また、炎症を起こした鼻の粘膜を守る 役目もあります。



鼻水の色を見てみよう

<透明>

気温の変化によるものや、風邪の初期症状の 場合に見られます

<黄色から緑色>

細菌に感染している可能性があり、緑色に近 いほど症状が悪いので早めに病院へいきまし ょう。