

今年度も残り1ヶ月となりました。1年前を振り返り、子ども達ひとりひとりの表情、行動にあらためて大きな成長を実感しています。コロナとインフルエンザが流行し体調を崩した子どももいましたが、元気に登園し、笑顔をみせてくれています。

# 2023年 3月 保健だより



愛の泉保育園  
看護師：高志武紀子



## マスク着用について

マスク着用が緩和されますが、少しの咳・鼻水が見られる場合はマスク着用し、せき込みが激しい場合は病院受診し、症状が良くなるようご家庭で療養し体調を整えてからの登園をお願いいたします。

風邪でも人にうつしたり、うつったりします。ただの風邪だからと油断すると悪化して、中耳炎、肺炎、気管支炎など、さまざまな病気を併発することもあります。ちょっとでも体調が悪そうなときは、無理をせず安静を心掛け長引かせないようにしましょう。日頃から規則正しい生活を送ることもたいせつです。

## 発熱について

- ①登園時の体温が37.6℃以上の場合は、受け入れできません。
  - ②保育中38℃以上の場合はお迎えをお願いします。
  - ③38℃以上の発熱の場合は翌日までお休みです。
- ご家庭で経過観察し、体調を整えてください。

## 気をつけよう！冬の感染症

寒く乾燥する冬は、ウイルスが元気になる季節です。冬の感染症は呼吸器に症状が出やすいものが多いのが特徴。さらに冬～春先には、ロタウイルスやノロウイルスによる感染性胃腸炎も流行する時期です。十分に注意し、春を元気に迎えましょう。

- Rsウイルス感染症**：ヒューヒュー・ゼーゼー  
**クループ症候群**：犬が吠えるような甲高い咳・ヒューヒュー  
**気管支炎**：痰がらみのゼロゼロという湿った咳  
**肺炎**：かぜの症状の後、4日以上の高い熱・湿った咳  
**溶連菌感染症**：喉の腫れ・嘔吐・頭痛・首のリンパ節腫脹  
**感染性胃腸炎**：激しい嘔吐・下痢・発熱

ロタウイルスは便が白っぽくなる。  
ノロウイルスは食品から感染することもあり、  
生後半年～2歳くらいの子が多くかかる。

※登園願(保護者記入)の提出が必要です。

## 2月の疾病状況(1/25～2/21)

- ・発熱・・・22人(登園後発熱し、保護者に連絡したケース)
- ・手足口病・・・りす組(2人)、ひよこ組(2人)、きりん組(2人)
- ・インフルエンザA型・・・りす組(2人)、ひよこ組(4人)ぱんだ組(2人)、うさぎ組(4人)

## 3月の献立のポイント

- ・3日はひなまつりの行事食(ちらし寿司・魚のあれら揚げ・花麩のすまし汁・いちご)になっています。
- ・ぐりとぐらの黄色いかすてらや三匹のくまのスープ 絵本の中の美味しそうな物を予定しています
- ・今月は卒園するひまわり組・きりん組さんのリクエストメニューを多く取り入れています。ファイトスープやかちゅー湯、花カレー、麩ム麩ム等意外だったのは胡瓜とみかんの和え物でした。お楽しみに！

ひまわり組の男の子よりかわいいリクエストのお手紙2枚届きました！クラスのお友達に聞き取り調査をしたそうです！すごいですね！この想いに答える様に献立作成頑張りました！



## 食育だより

栄養士 上地陽子



### ひまわり組・きりん組 リクエストクッキング

メニューを自分たちで考え→買い物→クッキングという楽しい計画を予定しています。子供達を交えての献立会議ではみんな目をキラキラ輝かせて、ワクワク感も伝わってきました。子供たちのいろいろな楽しい食経験が幼稚園や小学校の給食時間が楽しみ！という意欲につながると考えています。

## 一年間の食育を通して



一年を通して色々な食経験(行事食やクッキング、栽培等)また、ウチナー料理や野菜料理、豆料理もみんなでおいしく食べました！苦手な物もお友達や先生達に励まされ克服できて自信になりました！好きな物、食べたい物も増えて、心も体も大きく成長したと思います。ご家庭でもたくさん褒めてあげて下さいね。



### ひまわり組

小学校給食に向けてゆで卵の殻むき、皮つきりんご、パック納豆に挑戦です。



### りす組・ひよこ組

自分でスプーンを持ってちゃんと食べますよ！おかわりもたくさんします。一生懸命食べる姿はとてもかわいいです。

### ぱんだ組

うさぎ組進級に向けてお当番活動も頑張っています！今日のメニューを確認してお食事のあいさつをしています。