

ほけんだより



1年で一番寒さが厳しい2月を迎えました。寒さの真ただ中にいるようですが、もうすぐ立春。暦の上では春を迎えます。立春の前日は、節分。因みに、今年の節分は2月2日。節分とは、季節の分かれ目の事で、立春、立夏、立秋、立冬の事です。年に4回ありますが、現在は立春の前日の節分が有名ですね。昔の人は悪いものや災いを鬼に例えて、豆をまいて追い払っていました。それが節分の行事として今でも行われています。ぜひお家でも豆まきをして邪気を払い、無病息災を願いましょう。

2月は旧暦で「如月(きさらぎ)」とも言います。由来は諸説あるようですが、厳しい寒さに備えて重ね着をする「衣更着(きさらぎ)」が転じた説があるそうです。この季節、私達大人は重ね着でひたすら寒さに耐えています。子ども達は寒さを吹き飛ばす勢いで元気に遊んでいます。そのような姿を見ていると「子どもは風の子」という言葉が思い浮かびます。この言い回しは、江戸時代前期にはあったそうです。昔も今も子どもの姿は変わらないのですね。

感染症情報



インフルエンザ	8名
RS ウイルス感染症	2名
感染性胃腸炎	4名



※都内のインフルエンザの流行もようやくピークを過ぎましたが、まだまだ罹患者が多い状況が続いています。今後の流行状況に引き続き注意して下さい。

※インフルエンザは、発症後5日を経過し、更に解熱後3日を過ぎるまでは登園する事が出来ません。自宅療養期間中は、感染拡大防止の観点から外出は控えて下さい。インフルエンザに罹患時は、当面の間「医師の意見書」の提出は不要です。園に連絡をする際は、受診結果と合わせて、いつから熱が出ているか、いつから平熱になったか、発熱の状況もお伝え下さい。

※インフルエンザの流行に伴い、学級・学年閉鎖も増えています。感染拡大予防の観点から学級閉鎖になったクラスや学年閉鎖になった学年に在籍している児童を連れての送迎はお控え下さい。ご理解・ご協力、よろしくお願致します。

2月2日(日)は節分です♪

「歳の数だけ節分豆を食べると健康になる」という風習がありますが、節分の豆は、5歳以下の子どもには食べさせてはいけません。喉や気管に詰まる事による窒息や誤嚥、肺炎、気管支炎などを引き起こすリスクが高く、とても危険です。また、節分豆だけでなく、ピーナッツや枝豆、炒り豆、アーモンドなど、固くて噛み砕く必要のある豆やナッツ類も5歳以下の子どもには食べさせないようにして下さい。大人が想像している以上に、小さな子どもにとってナッツ類は危険です。

豆まきをする時は、豆の粒をひとつずつ投げるのではなく、個包装の物をそのまま投げないようにしましょう。また、食べ物にこだわらず、折り紙や新聞紙などを丸めて豆に見立てたり、柔らかいボールを使ったりするのもいいですね。

たとえ個包装の豆を使ったとしても、豆まき後はしっかりと片付けをし、床に豆を放置しないようにして下さい。床に落ちていると、うっかり食べてしまうこともあります。豆まき後はすぐに拾って片付けるようにしましょう。

6歳以上の兄弟がいる家庭では、お兄ちゃん・お姉ちゃんにも「下の子に食べさせてはいけない」ということを徹底して伝えて下さい。上の子が食べている様子を見て下の子が欲しがりそうな場合は、別の部屋で食べさせる等の工夫も大切です。たとえ6歳以上であっても、食べる時はしっかりと噛むように伝えて下さい。豆を口の中に入れてそのまま喋る、走る、寝転がる等の動作は危険です。静かに座って、集中して食べさせるようにしましょう。

「おうちの方へ」「いつも」を知って見守って

隠しんで遊ぶはずなのに今日は…「好きなもののなになぜ？」

おうちの方が感じた「いつもと違うな」を伝えることが、病院でのとても重要な診断基準になるそうです。

早く気づいてあげるためには、お子さんの「いつも」を観察しておくことが大切です。

- 食へる 食欲や食べる量、好きなものへの反応など
- 寝る 寝つき・寝起きのよさ、睡眠時間など
- 遊ぶ お気に入りのおもちゃ、一緒に遊ぶ友だちなど
- 出す トイレの頻度、うんちの状態など



「痛い」「つらい」を上手に伝えられない子どもたちのために、意識して見守ってあげてくださいね。

