ほけんだより 12月

いよいよ2021年も残すところあと1ヶ月になりました。もう12月、やっと12月…皆さんにとってどんな1年だったでしょうか。

今年は、コロナ禍の中ではありましたが、東京で57年ぶりに夏季オリンピックが開催され、スポーツや人のもつ力に大きな感銘を受けた1ヶ月でした。年が明けるとすぐに北京冬季オリンピックがやってきます。今度はどんな盛り上がりを見せるのか、楽しみですね。

12月22日は1年で一番夜が長く、昼が短い日である『冬至』です。日増しに寒さが厳しくなり、何かと気ぜわしい師走は、なかなか体調にまで気が回らず、無理を重ねやすい時期でもあります。柚子湯につかって、ほっと一息、身も心も休めて下さいね。

感染症情報

特に流行した病気はありませんでした

※都内では少しずつ感染性胃腸炎の報告件数が増加してきました。帰宅時や食事前、トイレの後は石鹸でしっかり手を洗いましょう。また、食欲がない、なんとなく元気がないといった体調の変化がある場合は、登園時に必ず職員にお伝え下さい。

※風邪症状や発熱による欠席が増えてきました。また、登園していても鼻水や咳が出ている子が目立っています。発熱の際は、解熱後24時間以上経過し、呼吸器症状が改善するまでは登園する事が出来ません。熱がなくても咳が目立つ場合にも、出来るだけご家庭で様子を見ていただきますようご協力をお願い致します。

※兄弟児を含め、ご家族の中に体調不良の方がいる場合には登園を控えていただけますようお願い致します。なお、やむを得ず登園される場合には、職員に状況をお知らせ下さい。ご理解・ご協力、よろしくお願い致します。

※吐く息が白く見える程寒くなってきましたが、子どもたちは寒さに負けず、活発に動き回り、元気に遊んでいます。じっとしていると、とても寒く感じるのですが、身体を動かして遊ぶ子どもたちは汗ビッショリになっている事も…。汗をかいたままにしていると、急に身体が冷えて、風邪の原因にもなります。寒い時期ですが、厚着を避け、室温に合わせて衣類を脱ぎ着すると共に、汗をかいたらこまめに身体を拭いたり、着替えさせたりするなど、汗の始末もしっかりしましょう。

～年末年始に向けて～

☆かかりつけ医療機関の年末年始の診療時間を事前に確認しておきましょう。また、帰省先等の診療機関や当番医体制についても調べておくと安心ですね。

☆年末年始(12 月 29 日～1 月 3 日)午前 10 時～午後 9 時半までは、北区休日診療所(王子 2-16-11/03-5390-3011)、午後 8 時～午後 11 時までは、東京北医療センター(赤羽台 4-17-56/03-5963-3311)で診療を行っています。受診する際は、事前に電話連絡を入れるようにしましょう。

☆休日・夜間診療(小児科、内科、眼科、歯科、耳鼻咽喉科)については、24 時間医療機関案内ひまわりテレホンサービス(03-5272-0303)へお問い合わせ下さい。

☆休日・夜間の急病の際は、小児救急医療電話相談:#8000(全国共通/携帯からの通話可)もご利用下さい。最寄りの都道府県の相談窓口に転送され、小児科医や看護師から症状に応じた対処方法のアドバイスが受けられます。

☆夜間・休日の急な体調不良の際に、医療相談や往診に応じてくれる『ファストドクター(https://fastdoctor.jp/)』の登録をしました。希望される方は、右記の QR コードを読み取り、アプリをインストールして下さい。インストール後、園限定番号 826370 をアプリに登録すると往診の際の医師の交通費が無料になります。(乳児医療証が適応されます。)

☆休暇中にインフルエンザや感染性胃腸炎等にかかった場合も『医師の意見書』が必要となります。『医師の意見書』は、北区の公式ホームページからもダウンロードが可能です。(トップページの右上の『サイト内検索』に『医師の意見書』と入力すると PDF 方式で表示されます。) 帰省等でお手元にない場合等の際にご利用下さい。

令和 3 年 11 月 30 日

HINOMOTO 日の基保育園