



# がつ 2月 ほけんだより



2月は立春、この頃の上では春の始まりですが、まだまだ寒い日が続きます。進級・就学にむけて、子ども達は色々な準備や行事をとおして、毎日心も体も成長しています。ご家族みなさんが体調に気を配り、新年度に向けて元気に過ごしましょう。

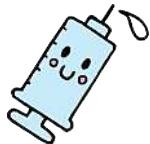
みらいきょく  
こども未来局  
ほいく こそだす すいしんぶ  
保育・子育て推進部

れいわ ねん がついたち  
令和8年2月1日  
かみあさおほいくえん  
上麻生保育園

## ★令和8年度から予防接種と園医健診結果の共有の方法を変更します★

### 【予防接種】

- ・コドモンのアンケート機能を使用してお知らせいただくようになります。
- ※詳しくは懇談会や保育説明会などでお知らせしていきます。



わくちんの追加接種を忘れずに受けましょう。

MRワクチン（麻疹・風疹）1期・2期五種混合追加接種 ヒブ（Hib）水痘 B型肝炎 小児肺炎球菌  
流行性耳下腺炎（おたふく）日本脳炎など色々ありますが、忘れずに追加接種を受けましょう。  
予防接種を受けたら、コドモン入力と合わせて職員にもお知らせください。



### 【園医健診結果】

- ・所見のあった場合にはコドモンの連絡帳や健康チェック表でお知らせします。

### 冬の風邪には、乾燥予防対策を

風邪の多くはウイルスが原因と言われます。空気の乾燥が進むと、飛沫がふわっと広がり、乾燥した喉の粘膜にとどまると、炎症を起こして風邪をひくことがあります。

室温の自安は20~23℃、湿度は60%を保つようエアコンや加湿器を調整し、換気もしましょう。（厚生労働省保育所における感染症ガイドラインより）

換気は対角線上に2か所の窓や扉を開けるのが効果的と言われますが、1か所の場合は扇風機の利用もよいでしょう。

口や喉の乾燥予防対策には、白湯やお茶を少しつ飲むことも効果があります。また、うがいも効果的で2~3歳頃からは、大人が「うがい」をやって見せ、練習させましょう。



### 園でのお昼寝の様子から

お昼寝中のお子さんの中には、口を開けて眠る子がいます。鼻水や鼻づまりからの影響も考えられます。

また、開口呼吸は、口の中の乾燥をすすめ風邪をひきやすく、虫歯にもなりやすいです。花粉症の情報もではじめる時期です。鼻水、鼻づまりが続く時は耳鼻咽喉科医に相談しましょう。