



# がつ 2月 ほけんだより

こども未来局  
保育・子育て推進部

令和8年2月1日  
上麻生保育園

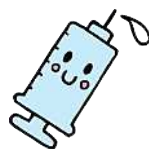


2月は立春、暦の上では春の始まりですが、まだまだ寒い日が続きます。進級・就学にむけて、子ども達は色々な準備や行事をとおり、毎日心も体も成長しています。ご家族みなさんで体調に気を配り、新年度に向けて元気に過ごしましょう。

## ★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】

- ・コー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。



ワクチン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、コー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ー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となります。

室温の目安は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、白湯やお茶を少しず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」をやってみせ、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。