



## 8月のほけんだより

夏真っ盛り。水遊びやシャワーを楽しむ子どもたちです。この夏、旅行などの遠出の計画を立てているご家庭も多いかと思えます。引き続き感染対策をしつつ、安全に気を配り、楽しい思い出をたくさん作ってきてください。



鼻は呼吸の出入り口であり、ウイルスや細菌が体に侵入するのを食い止める役割を果たしています。また、耳やのどとつながっているため、鼻の症状を放置しておく、中耳炎やのどの炎症など、ほかの器官に症状が広がることもあります。鼻を健康に保つために十分配慮しましょう。

### 鼻のかみかた 練習方法

鼻のかみ方を教える時、「チーンして」といってチーンが伝わらない・・・なんてことはありませんか？そんなときは、遊びながら練習してみましょう！

1. テーブルの上に小さくちぎったティッシュを数個置きます。
2. 大きく息を吸って、口を閉じ、片鼻を押さえてフンッと押さえていない鼻の鼻息でティッシュをとばします。

このティッシュ飛ばしゲームを親子で競争してみましょう。始めは口で吹いてしまっても、まねをしているうちできるようになってきます。お子さんと一緒にやってみましょう！\*

※鼻にティッシュをつめて練習する方法もありますが、鼻に詰めすぎて取れなくなる可能性があるので注意しましょう。

※※※ 8月の健診日の変更 ※※※

8/24(水) → 8/31(水)に変更になります。(対象クラス:0歳ひかりのくみ)

令和4年8月1日発行  
社会福祉法人 調布福寿会  
調布クオレ保育園

### 7月の欠席状況

お休み中の怪我や  
病気にご注意ください



～8月は病院もお休みになってしまう時期です！～

- \* かかりつけの病院の休診日を確認しておきましょう。
- \* 調布市内の休日診療当番医は調布市のHPにのっています。

小児救急相談・・・#8000

(保健所や保健センターが閉庁する時間帯に、子供の健康・救急に関する相談に、看護師や保健師等が応じています。)

- 月曜日～金曜日 (休日・年末年始を除く)  
午後6時～翌朝8時
- 土曜日、日曜日、休日、年末年始  
午前8時～翌朝8時



### ヘルパンギーナ・手足口病・ ヒトメタニューモウィルスが流行中！

夏に流行する手足口病・ヘルパンギーナが引き続き流行しています！多摩府中保健所(調布市の管轄保健所)管内では、複数の感染症が同時に発生している施設が増えているそうです。

掲示でもお知らせしているとおり、当園でも同様の状況です。

お部屋の消毒は、ヒトメタニューモウィルスにはアルコール消毒が有効です。**手足口病・ヘルパンギーナ**はアルコールが効きにくいので、次亜塩素酸ナトリウム(ピューラックスやハイター等)での消毒が有効です。何より**手洗いを十分に行うこと・症状があるうちは休むことが重要**です。

小児科が受診しづらい状況ではありますが、症状がある場合は必ず小児科をご受診下さい。受診後は、『**診断名**』と『**どうなったら保育園に登園して良いのか**』、を必ずお医者さんに確認して、その指示に従って下さいね。