

# ほけんだより 11月

令和6年11月5日  
認定こども園 白梅幼稚園

陽が落ちるのが早くなり、秋から冬へとバトンタッチする季節となりました。

日中は、まだ汗ばむ日もありますが、秋は、お散歩にピッタリな気候です。子ども達は 綺麗に色付いた落ち葉などを 散歩のお土産と持ち帰り、嬉しそうに見せに来てくれます♪

このところ、朝夕の気温が下がってきたせいか、咳や鼻水といった風邪症状を訴える子が増えています。熊本県内はインフルエンザの流行期に入りました。罹患報告も増えていきますので、行事の多いこの時期、心も体も元気いっぱい過ごせるよう、手洗い・うがいを丁寧に、規則正しい生活を心掛けていきましょう！

## 秋冬のスキンケアの3つのポイント

みずみずしく見える子どもの肌ですが、実は大人よりも表皮が薄く、乾燥しやすいことをご存じですか？

秋冬の乾燥した空気は、デリケートな子どもの肌には大敵！  
放っておくと、すぐにカサカサして痒みの原因になってしまいます。

肌に合った保湿クリームで「こまめに・丁寧に」毎日のケアをお願いします。



### ポイント① たっぷり保湿を！

ゆっくりお風呂で温まったら、お風呂上がりには、必ず、保湿剤を塗りましょう。肌がしっとりしているうちに塗ると水分の蒸発を防ぐので効果的です。



### ポイント② やさしく洗って清潔に！

皮膚が乾燥すると傷つきやすくなるため、お風呂では、ごしごしこすらず、石けんを泡立ててやさしく体を洗いましょう。



### ポイント③ 刺激を少なく！

化繊やポリエステル製の服は乾きやすいのですが、その分 水分を保つ働きが弱く、ヒートテックや裏起毛素材の服は、暑くなり過ぎ、吸水性や速乾性が悪いため、皮膚が乾燥への刺激が大きくなります。直接肌に触れる衣類は、「綿素材」がお勧めです。枕や布団のカバーも、肌に優しい綿が良いようです。



## 10月の感染症情報

感染性胃腸炎 1名  
水ぼうそう 1名  
手足口病名 10名

※同居の家族が感染症に罹った時  
※病院を受診し、感染症の検査した場合  
➡必ず、幼稚園へお知らせください！

欠席の日は、9時までに  
ハグノートに登録をお願いします

## 11月の身体測定のお知らせ

5日(火) ひよこ・あひる  
6日(水) りす  
7日(木) くま・ぞう  
8日(金) うさぎ

\* 欠席の場合は、直近の登園日に測定します  
\* 都合により日程が変更になる場合があります

## 予防接種の確認をおねがいします

### 予防接種の受け忘れ ありませんか？

1年後の追加接種など、忘れていた予防接種はありませんか？  
ヒブ、肺炎球菌、4種混合、BCG、MR、水痘、日本脳炎、B型肝炎など、追加接種の確認・接種を忘れずに！



### ぞう組さんはMR2回目お済みですか？

就学前にMR2回目の接種を終わらしましょう。  
令和7年3月31日までは定期接種として受けることができます。  
体調の良い時に、早めに接種をしておくことで安心です。



※予防接種後に体調が悪くなったり、発熱することがありますので、  
摂取後は自宅にてゆっくり過ごるか、降園後の接種をお願いします。  
※予防接種が済んだら、クラス担任か看護師にもお知らせください。

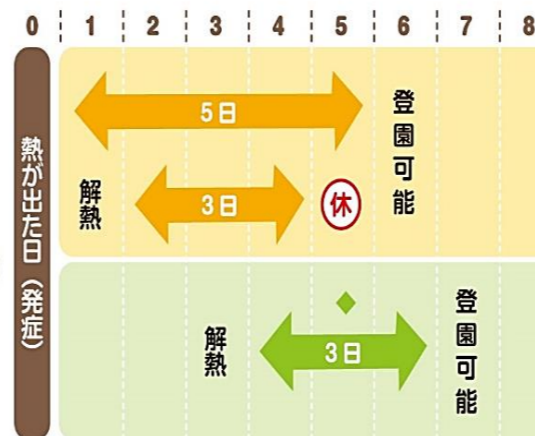
## もし、インフルエンザと診断された時は...

10月に入り、熊本県内でのインフルエンザ罹患報告が増えてきています。インフルエンザは、感染力が強く、症状が重くなりやすい感染症で、体力も消耗するため、回復するまでしっかり休むことが大切です。

登園再開には、①と②の両方を満たしていることが必要となります。  
かかりつけ医を受診し、いつまで休むと良いか、確認をお願いします。

① 発症した後  
5日経過していること

② 熱が下がってから3日  
3日経過していること  
(熱が下がった日の翌日から数えて3日)



パターン1 熱がすぐ下がった場合

発症の翌日に熱が下がった場合、  
発症から5日経過するまで休みましょう。

パターン2 3日後に熱が下がった場合

発症から5日後、たとえ熱が下がっていたとしても、  
解熱した翌日から数えて、まだ2日目なので、もう1日お休みしましょう。



## 幼稚園への連絡(電話)をお願いします！

- ・インフルエンザ等の感染症と診断を受けたとき
- ・医師からもう一度受診するよう指示があったとき
- ・家族が感染症に罹ったとき



送迎の際は、  
感染症に罹っているご家族や  
きょうだい児の園舎内への入室は  
お控えください！

やむを得ず、送迎に来られる場合は、  
先に電話でお知らせください！

