



ほけんだより 12月

今年もまた、新型コロナウイルス感染症の影響で楽しみにしていたイベントが縮小されたり感染予防対策の中でちょっと神経質になったりしましたね。「雨は一人だけに降り注ぐ訳ではない」は、ある詩人の言葉。来年も一人一人の予防が、自分や周りの人たちみんなを助ける一年となりますように。

サンタクロースは 大丈夫

昨年のクリスマス前「コロナのせいでサンタさんが来られないかも…」と心配している子どもたちのため、WHO（世界保健機関）がこんなメッセージを出しました。



サンタクロースは
コロナの免疫を持っていて、
世界中を移動できます

感染対策をとりながら、
クリスマスイブには、おうちの人
言うことをよく聞いて、早く寝ましょう

時代に合わせたセンスのある言葉ですよね。
もちろん、これは今年も有効です。
子どもたちにも窮屈な日々が続いますが、
楽しい行事をあきらめずに過ごせるように。
そして、早寝のための“切り札”としても使えるかも
しれませんね。



簡単! エコ! 3つの潤い作戦

- 冬に活躍するウイルスは乾燥した場所が大好きなので、保湿対策はとても大事。
そこで、身近なもので簡単にできるエコな保湿対策を3つご紹介します。
- 洗濯物や濡れタオルを干す**
水分をよく含んだ洗濯物を部屋の中に干しましょう。バスタオルのような大きいものなら、さらに効果があります。
- お湯を入れたうつわを置く**
机の上や枕元などにお湯を入れたうつわを置くのがオススメ。ただしこぼさないように注意を!
- 霧吹きを使う**
精油を少し混ぜた水を作り、霧吹きで空中に振りかければ、安眠と保湿のダブル効果が!

穴

をふさいで 事故防止を!

スイスチーズモデル

チーズの穴を
すり抜けるよう
に、いくつもの
原因が重なって事故が起る
…という考え方。一つひとつ
の穴をふさいでいけば、事故
は防止できるのです。



子どもの事故なら…

- 暖房器具でのやけど**
 - ・まわりを防護柵で囲む
 - ・子どもの遊び場にネットを張る
 - ・床置きタイプを避ける
- 道路での転倒**
 - ・クッション性の高い服を選ぶ
 - ・足全体を使ってゆっくり歩かせる
 - ・道路が凍結しているときは外出しない

「こうしておけば
よかったです…」とな
らないよう、おう
ちでも事故を防ぐ
方法を話し合って
みてくださいね。



RSウイルス感染症

今年は釜石市内においてRSウ
イルス感染症が報告されました。

- ① 潜伏期間は4~6日。
- ② 感染経路は飛沫感染及び接觸感染。
- ③ 流行時期は主に秋から冬に流行。
- ④ 症状は呼吸器症状。一度かかっても何度も罹患する可能性があるが再感染しても徐々に症状は軽くなる傾向もある。ただ、生後6ヶ月未満の乳児では入院管理が必要になる場合もある。
- ⑤ 罹患した場合の登園の目安は、呼吸器症状が消失し全身状態が良いことです。