



Health Bulletin

ほけんだより

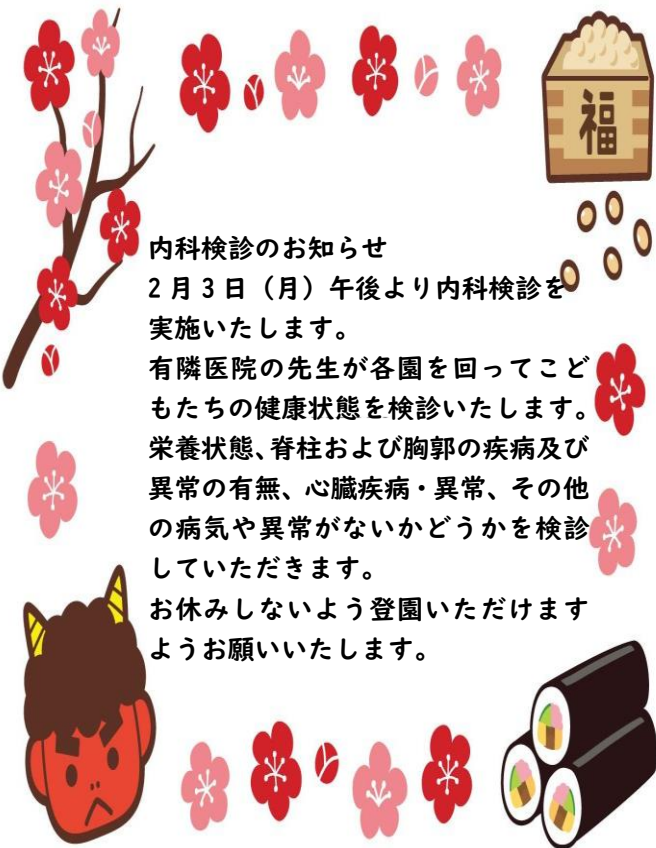
2月に入り暦の上では春を迎えました。巷ではコロナウィルスが猛威を振るい感染の恐ろしさを痛感いたします。保育園でも一人の感染者から、多くのおこさまに感染が蔓延する危険性が大変高い環境にあります。感染を未然に防ぐためにも、おこさまの体調が悪い場合やいつもと違う場合には早めに受診をしたり、お家でゆっくり休んだり、病児保育を活用したりという対策でのご協力をお願いいたします。



No.11

2020年2月1日

Flanders



内科検診のお知らせ

2月3日（月）午後より内科検診を実施いたします。

有隣医院の先生が各園を回ってこどもたちの健康状態を検診いたします。栄養状態、脊柱および胸郭の疾病及び異常の有無、心臓疾病・異常、その他の病気や異常がないかどうかを検診していただきます。

お休みしないよう登園いただけますようお願いいたします。

かぜのウィルスに打ち勝つために！

からだの外側からのガード

マスク



手洗い

うがい



空気の入れ替え（換気）



加湿

ウィルスを体に入れないための外側ガードと内側ガードでウィルスに負けないようウィルスがいやがることを積極的にい行い予防しましょう！！

からだの内側からのガード



十分な睡眠



栄養バランスのよい食事



適度な運動

無料券があったわね！！

病児を使いたい！

病児保育の利用手順

- ★プリスクール内の病児保育へ空き状況確認のお電話を！（☎ 871-9239）
- ★利用時間を伝える（原則 8 時間利用。8 時間以上利用する場合は要相談）
- ★医師の診断書（診療情報提供書：病児保育HPよりダウンロード <https://www.flanders-m.com/caremothering.html>）が必要ですので必ず前日に受診し診断内容を電話にて御連絡ください
- ★病児保育担当看護師と上記内容を相談し受け入れ決定します
- ★通常保育では、有熟者・通常の食事ができない・機嫌が悪いなど、いつものおこさまの様子と違う場合にはお預かり出来かねる場合があります。そんなときは病児保育をご利用ください。

ちょこっと essay

「笑う門には福来る」ということわざがあります。いつもニコニコ笑いの絶えない家庭には自然と幸福がやってくる。福の中には健康も含まれています。実際に「笑う」ことによる体への影響も医学的に証明されてきています。例えば癌細胞を退治するナチュラルキラー細胞は笑うことで活性化することがわかっています。その他にも笑うと免疫力がアップする。脳が活性化する、ストレスが減少するなどと言われています。「笑顔」は心と体の元気の元です。今年もたくさん笑って、心身ともに健康に過ごしましょう。風邪が流行る時期ですが、できることなら風邪のウィルスではなく「笑顔」が皆さんの間でどんどん広まってくれることを願っております。