



令和6年12月27日  
認定こども園どんぐり  
看護師 大久保 古川

# ほけんだより 1月号

年末に、発表会、クリスマス会、大掃除などの行事を終え、いよいよ新しい1年を迎える準備が整いました。皆様が心身ともに健康に過ごせる1年でありますように(\*^\_^\*)

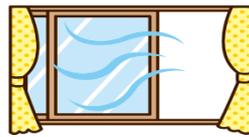
1月は、高熱・関節痛などの全身症状が特徴のインフルエンザや、寒い時期に特有の胃腸炎であるノロウイルス感染症が心配な時期です。手洗い・うがいを心掛けて、しっかりと予防できたらいいですね。

## 寒い時期のけがや病気に注意！

こんなことに気を付けましょう



ポケットに手を入れたまま歩かないようにしましょう



1時間に1度、寒気をしましょう



感染症にならないよう、人の多い場所は避けましょう



手洗い・うがいをこまめにしましょう



咳エチケットを守りましょう



乾燥しないよう加湿器をつけましょう



早寝早起きをしましょう



## ☆プライベートゾーンを学ぶ絵本の読み聞かせをしました☆

12月、きつね組とうさぎ組各クラスに看護師がお邪魔し、プライベートゾーンを学ぶ絵本、「だいじだいじどこだ」(作：遠見才希子)の読み聞かせをさせて頂きました(くま組は3月に行う予定です)。体はどこも大事、なかでも特別大事なところがあるよ、おまた、おちんちん、おしり、おむね、おくちは特別大事。体の特別大事なところは、見るのも触るのも自分だけ、家族でも友達でも先生でもじろじろ見たり、勝手に触ったりしない、という内容の絵本です。真剣に聞いてくれた子どもたち、色々意見も聞かせてくれました。そして、自分の体を大切にするためのお約束をお伝えしました。

- ① プライベートゾーンを人に見せたり、触らせたりしない
- ② 他の人のプライベートゾーンを、見たり触ったりしてはいけない
- ③ プライベートゾーンを見られたり触られそうになったら「嫌だ」と叫んで逃げよう

何かあったら周りの大人に相談するようにしてね、と伝えています。プライベートゾーンを学ぶことは国で推進している命の安全教育の一環です。お子様の安全が守られるようにお家でもご指導をお勧めします( ^ v ^ )



## ～年末年始の急病・受診について～

年末年始はほとんどの病院が休診となります。お子さまの急な発熱やけがに備え、かかりつけの病院や近くの救急病院の診療時間と休診日は事前に確認しておきましょう。また、帰省先の救急病院の情報も把握しておくことが大切です。夜間救急病院は、あくまでも救急患者さんが優先ですので、少しでも体調が思わしくないと感じたら、日中の病院の診療時間内に早めに受診することをお勧めします。