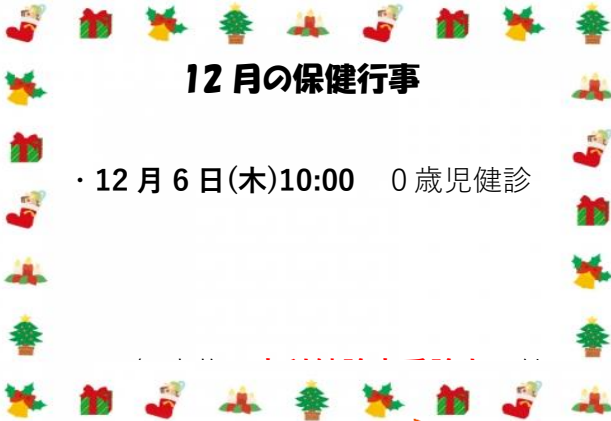




ほけんだより

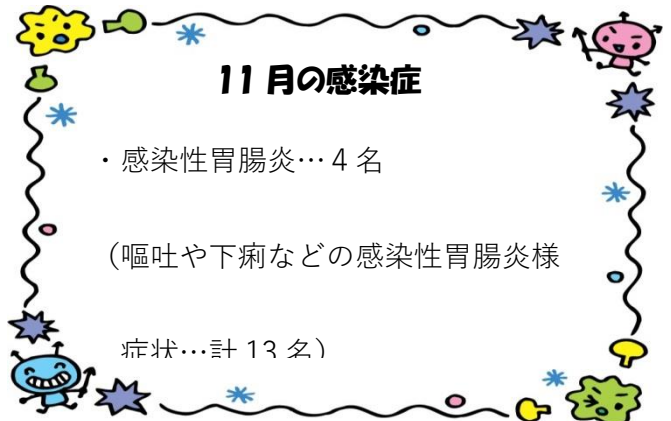


いよいよ本格的に冬になってきました。師走は忙しく生活リズムも崩れがちになりますね。年末



12月の保健行事

・12月6日(木)10:00 0歳児健診



11月の感染症

・感染性胃腸炎…4名

(嘔吐や下痢などの感染性胃腸炎様

症状…計13名)

冬はやけどに注意

冬は暖房器具の使用に伴い、やけどの事故が増えます。アロエ等を用いた誤った民間療法を試した結果、感染や皮膚炎を引き起

悪化する事例が報告されています。



《対応》

- 熱いものを取り除いても少しずつやけどが進行するため、30分間は冷やしてから病院へ。
- 早い時期に流水で十分冷やすことがやけど

健康なからだづくり

日が経つごとに、徐々に冷え込みが厳しくなってきました。

普段からの身体づくりが重要になってきます。感染症に負けない

身体は、感染症対策 (手洗い・うがい・食事・睡眠) といった普段の生活の中で十分対策す

せっけんで手洗い



うがい



3食しっかり食べる



しっかり
休息と睡眠を

