



ほけんだより

2025 年 11 月 1 日 ひらお保育園 ほけん



秋から冬への変わりゆく季節。昼夜の寒暖の差もだんだんと大きくなり、少しずつ冬の訪れを感じる頃となりました。子どもたちは、園庭で、近隣の公園で元気いっぱい自然と触れ合いを楽しんでいます。



10 月は、暑い日が続いていましたが、急に 12 月の気候になり、冷房から暖房に切り替わり、洋服の準備が間に合わない感じでした。気温の変化に湿疹や、からだがなんとなくだるかったり、熱がでたりなどからだからのサインがでていたように思われます。咳、鼻水が出ている子が多くなりました。



11 月の行事予定

- ◆身体測定(0 歳児クラスから 2 歳児クラス ◆0 歳児健診 11 月 20 日(木)
- ◆歯科検診 11 月 21 日((金))

10 月にみられた病気

- ・新型コロナウイルス感染症 ・じんましん ・インフルエンザ
- ・溶連菌感染症 ・喘息 ・副鼻腔炎 ・中耳炎 ・結膜炎 ・とびひ

体調を崩し下痢の場合の食事

- 水分補給を十分に行う。 ●食事の量を少なめにし、消化の良い食事にする。

例)おかゆ、短く切った煮込みうどん、野菜スープなど

*避けるもの

脂っこいもの、糖分を多く含むもの、食物繊維が多いもの

例)ジュース、乳製品(アイスクリーム、牛乳、ヨーグルトなど)肉、脂肪分の多い魚、芋、ゴボウ、海藻、乾物など

- 少しずつゆっくりと食べるようにする。

*具合が悪い場合は、医師に診てもらいましょう。

保育とカリキュラムより