



北海道教育大学附属函館幼稚園 2021年度 No.6



暑かった夏休みがおわりました。みなさんはどのように過ごしましたか？朝、玄関での姿は、どこかたくましく、ひとまわり大きくなったように見えました。コロナウイルス感染症が一段と猛威を振るっている中ですが、これまでの感染予防対策や引き続き体調管理にご協力いただきながら、二学期も元気に過ごしたいと思います。

これからは気温差が大きく体調を崩しやすくなります。早ね早おきて次の日に疲れを残さないようにしましょう。

生活リズムを見直そう

長期の休みなどで、生活リズムは乱れていませんか？夜寝る時間が遅かったり時間に追われたりすると、自律神経が不安定になり、心身共に調和がとれなくなります。生活リズムを整え、大人も子どもも健康に過ごせるようにしましょう。

<input type="checkbox"/> 早寝・早起き	<input type="checkbox"/> 水で洗顔
<input type="checkbox"/> 家族で朝食	<input type="checkbox"/> 食後の歯磨き
<input type="checkbox"/> 余裕をもって排便	<input type="checkbox"/> 園に行く用意

二計測(身長・体重)あります♪

★日時 8月24日(火) 9時30分～

はな組→つき組→ゆき組

※お休みした場合は後日測定します。
※身長や体重について気になることはありませんか？気軽に声をかけてください。

8月18日(水)～9月14日(火)まで
北海道教育大学函館校養護教諭特別別科から
2名が養護実習のため幼稚園にきます。
ほけんしつの先生を目指しています！
よろしくお祈りします。

★田嶋 麻美(たしま あさみ)さん
★姥 夏希(うば なつき)さん

夏に多い感染症

ウイルス感染によって起こる病気です。他人への感染力も強いので、必ず受診をして医師の診断を受けましょう。幼稚園にもおしらせください。

ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ぼう、口内炎が特徴です。症状が軽ければ1～4日くらいで解熱します。



咽頭結膜熱(プール熱)

アデノウイルスが原因で起こります。急に39～40℃の高熱、のどの痛みとだるさを訴え、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。関節痛や頭痛、腹痛や下痢などの症状を伴うこともあります。個人差はありますが熱は3～4日続き、全身症状が改善するまでには1週間くらいかかります。



手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうがで、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。



流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段より多く目やにや涙が出ます。周りの人への感染源となるので、タオルは共有しないようにしましょう。