



2017/9/1 厚生館保育園

8月は、お盆の時期から雨が続き、子ども達の大好きなプールも中止という残念な日が続きましたが、後半に入り残暑厳しく、暑い日が続きプール遊びが満喫できました🍃。  
子どもも、大人も夏の疲れが出てくる9月、生活リズムを整え、残暑を乗り切りましょう。

### ・ ・ 7月・8月の感染症 ・ ・

病名	7月	8月	病名	7月	8月
手足口病	15名	1名	ヘルパンギーナ	1名	
RSウイルス感染症	1名	9名	溶連菌感染症	1名	
伝染性化膿疹（とびひ）	1名	2名	流行性角結膜炎		1名

7月・8月は、複数の感染症が確認され、手足口病、RS感染症については、乳児クラス内での感染が確認されています。今現在、感染症サーベランスの報告でも手足口病、RSウイルス感染症は3桁の数値を示していますので、ご家庭内においてもお子さんの体調を観察して、「いつもと違う」と感じたときは、早めに受診をするようお願いいたします。園内では引き続き感染予防を徹底していきます。

## 生活リズムがと健康・早起きは健康の基本

生活リズムが整っている時は、自律神経が安定し、疲れも取れて病気にかかりにくいものです。成長途上にある子どもは、大人に比べて体の調節をする自律神経は不安定です。そのため生活リズムが乱れると、体にいろいろな影響が出てきます。

### 乳児期に身につけましょう！

生活リズムは生後4か月頃より育ちはじめ、5～6歳ごろまでに完成すると云われています。乳児期に生活習慣をつけるわけがここにあります。学童期に入って知的能力の必要な午前中に思考が働かないのでは困ります。今の時期から少しずつ早寝早起きの生活を身につけさせてあげたいものです。さらに、夜更かしの生活は、自律神経を妨げ、睡眠中の白血球の製造が低下し免疫作用が弱くなります。感染症に罹りやすい、アレルギーになりやすいなどの病気の関連もあるようです。

## 9月1日は防災の日非常持ち出し袋の中身は？

消防庁のHPなどに、非常持ち出し袋に最低限必要な防災グッズの紹介があります。

<https://www.fdma.go.jp/index.html> ここにある物以外にも、子ども連れの場合はこんなものも用意を。

オムツやおしり拭き（ウェットティッシュ）、ビニール袋、3日分のミルク（キューブタイプがオススメ）や離乳食、使い捨ての哺乳瓶など。備えあれば憂いなしですが、逃げるのが優先。子どもを抱っこした状態で持てるかどうかも考えて。

### 9月保健行事

1日（金）地域・2～5才児身体測定

7日（木）0,1才児身体測定

8日（金）地域ベビーマッサージ・育児相談

11日（月）地域・0才児健診

15日（金）地域ベビーマッサージ・育児相談

22日（金）地域ベビーマッサージ・育児相談

