



# けんこうだより

第二ルビニ園 令和7年1月1日

新しい年を迎えると、身も心も新しい気持ちになりますね。  
今年も元気に過ごしましょう。楽しいお正月を過ごすために、体調を崩さないよう感染  
予防を心がけましょう。



## 園の状況

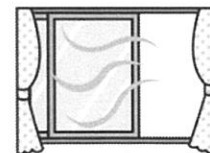
12月の感染症(12/1~12/26)	12月は胃腸炎症状のお子さんが多く、脱水に
アデノウイルス……………1名	より入院したお子さんもいましたが徐々に落ち着
胃腸炎……………39名	いてきています。下旬からインフルエンザAの感
インフルエンザA……………5名	染がみられています。感染対策を継続し感染
溶連菌……………4名	拡大防止につとめています。体調管理に気を
手足口病……………1名	付けながら楽しいお正月を過ごしていきましょう。
新型コロナウイルス…1名	

## 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／



手洗い・うがいを  
こまめにしましょう



1時間に1度  
換気をしましょう



感染症にならないよう  
人の多い場所は避けま  
しょう



早寝早起きを  
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



バランスの取れた  
食事をしましょう

## スキンケア



### ●洗う

毎日の入浴で体を清潔に保つことは大切ですがゴシゴシするのはかえって肌を乾燥させます。きめの細かい泡で、手をもむようにしっかり洗うことが大切です。その際、首や肘、手首、腋の下、ソケイ部など、しわのあるところは伸ばして洗いましょう。また、洗った後は石けん成分が残らないように十分にすすぎます。肌に残っていると炎症を起こす原因になります。



### ●保湿

肌が乾ききる前に、保湿クリームを塗ります。この時もゴシゴシこすらずに、洗う時と同じようにしわを伸ばしながら優しく丁寧に塗りましょう。毎日大変…と思うかもしれませんが、お子さんとの良いスキンシップの時間として、楽しく行うように工夫してみてください。