

ほけんだより



令和5年2月28日 NO.12

札幌市立ひがしなえぼ幼稚園

保健室

2月が終わり、いよいよ各々の学年で過ごす、最後のひと月が始まります。子どもたちは進級や入学を楽しみにする気持ちもありつつ、不安な気持ちも垣間見える姿があり、日々の表情や心の変化に職員一同寄り添いながら最後のひと月を過ごしたいと思います。

そんな中ではありますが、本園では嘔吐や下痢を伴う風邪で欠席するお子さんが出てきています。嘔吐物や便からの感染が主な感染経路ですので、御家庭でも万が一触れる際はゴム手袋や手指衛生に注意しながら処理を行ってください。以下に本園で作成している嘔吐物処理のマニュアルを掲載しますので御家庭でも参考にしてみてください。

～嘔吐物処理の手順～

- ① 手袋をして嘔吐物を新聞紙・ペーパータオル・ペットシート等で覆う。



- ② 作業開始から最低5分程度換気を行う。



- ③ エプロン・手袋・マスクを着用。靴にもビニール袋をかぶせる。



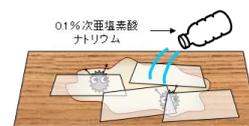
- ④ 次亜塩素酸ナトリウムを使用して消毒液を作る。(ペットボトル2リットルの水にキッチンハイターのキャップ2杯分)



- ⑤ 外側から内側に向かって、新聞紙・ペーパータオル・ペットシート等で嘔吐物を取り除く。使用したタオルや手袋はすべてビニール袋にまとめて入れる。



- ⑥ 手袋を替え、再度嘔吐物があった場所に消毒液で湿らせたペーパータオル等で10～30分覆っておく。周囲のものも可能な限りふき取りを行う。



- ⑦ 手指衛生を行う。可能な限り着替える。



年長組の保護者様へ

幼稚園で過ごす（入学までの）最後の一か月、御家庭で過ごしてほしいポイントをいくつかお知らせします。

① 小学校の登校時刻から逆算して、起床時間を調整しましょう！

→小学校の登校時刻は幼稚園の登園時刻よりも早くなります。4月から早起きを始めると（生活リズムが変わると）、新しい生活への緊張や慣れない環境と相まって心身の不調につながることもあります。

② 食べたことのない果物等の食材を食べてみましょう！

→小学校では様々な種類の食材が提供されます。小学校でも初めて食べた際に急にアレルギーを発症するケースが多いようです。食物アレルギーの心配がある場合や食べたことのない食材があれば、御家庭で一度チャレンジしてみてください。心配な場合は入学前にかかりつけ医や学校に相談することをお勧めします。

③ 皮付きの食材に慣れましょう！

→小学校ではりんごやオレンジなどの果物は皮付きで出てきます。皮のまま食べたり、皮から外したりして食べることに今のうちから慣れておきましょう。

④ 幼稚園のカバンや絵本バック等の荷物は子どもが持つようにしましょう！

→4月からは教科書がたくさん詰まった重たいランドセルを自分で持って登下校することになります。今までの習慣でつい保護者が持っただけですが、これからは自分の物は自分で持つ習慣を付けていきましょう。お子さんの自信にもつながります。

1・2月の掲示物

先月号に載せきれなかった1・2月の掲示物はお正月あそびにちなんで「けんこうすごろく」でした。健康に関する豆知識を入れながら「にがてな野菜を食べられた！いいうちがでたので、3マスすすむ！」など遊びながら学べるように、作成してみました。

サイコロを1つ転がす想定で、予備としてもう1つ用意していたのですが、気が付くと子どもたちは2つ転がして「2と5だから7！」と簡単な足し算をしながら楽しんでおり（年少さんも足し算お手の物で驚き）、教師の予想の上をいく学びになっていたようでうれしい限りです。

今回は、年長さんの入園時から修了までの身長伸びが目で見えてわかる掲示物を作成する予定です。修了式で来園した際はぜひ一緒に記念撮影をしてみてください♪

