

ほけんだより 2月

令和4年1月31日 NO.15
札幌市立ひがしなえぼ幼稚園
保健室

これまでの新型コロナウイルスとオミクロン株のちがい

	初期	デルタ株	オミクロン株
感染力	★	★★★	★★★★★
免疫回避能力 (一度感染している・ワクチンを打ち、免疫がある人でも感染しやすいかどうか)	★	★★	★★★★★
重症化	★	★★★	★
潜伏期間	約5日(～14日)	約4日(～14日)	約3日(～14日)

＜オミクロン株の症状＞

ほとんどの人にある症状



以前に比べて、症状が「風邪」っぽくなっています…

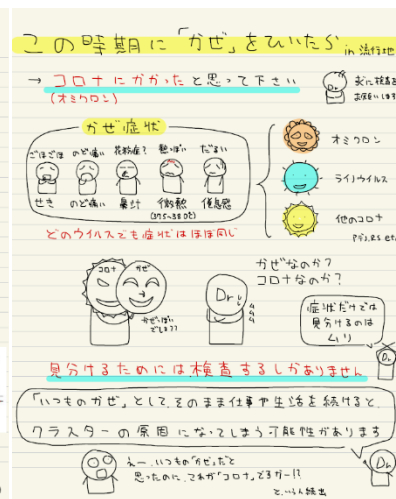
2人に1人くらいある症状



10人に1人くらいある症状



上記のように、オミクロン株は感染力が非常に高く、症状も一般的な風邪のような症状に変わってきています。このような状況の中で、新型コロナウイルスの感染を拡大させないためには、**少しでも症状があるときは「新型コロナウイルスに感染した」と考えて行動することです。**保護者の方におかれましては、**今まで以上にお子さんの健康観察の強化をお願いいたします。**そして、手洗いの励行、マスクの着用はこれまで通り有効とされています。今一度、**お子さんの状況に合わせて幼稚園でのマスクの着用についても御家庭で検討してみてください。**また、冬は外遊びでマスクが濡れたり汚れやすいため、**非常時に備える意味でも予備のマスクを1～2枚カバンに入れておいてください(カバンに予備があることをお子さんと確認してください)。**今回参考にしたのは、諏訪中央病院の玉井道裕先生の「新型コロナウイルス感染をのりこえるための説明書～オミクロン株編～」です(右参照)。イラスト付きで非常に分かりやすいので是非読んでみてください(諏訪中央病院のHPで見ることができます。幼稚園の玄関にも1部置いてあります。)



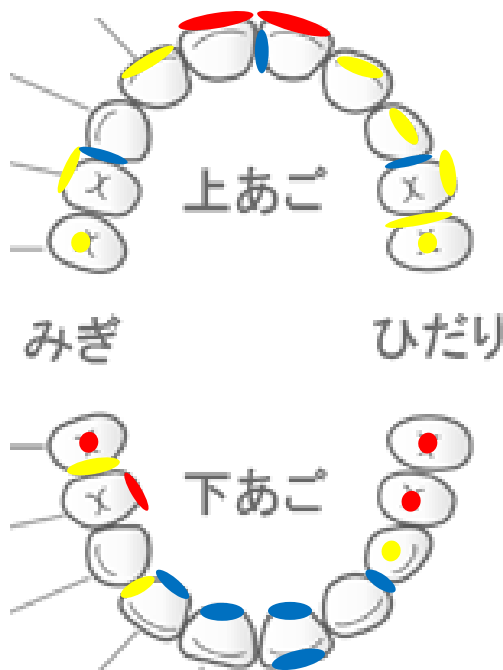


歯みがきカレンダー・みがきのこしチェック感想



- ☺「歯垢染色剤の味が嫌だ！」って自分で鏡を見ながら一生懸命ブラッシングをしていました。そのあと丁寧に磨いてあげると、いつもより多めにうがいをして自分で確認していました。歯垢がなくなったというよりはピンクのがなくなったと嬉しそうでした（笑）（年少）
- ☺自分で歯磨きしながら、仕上げ磨きのみでした。磨き残しチェックは怖がってできませんでした。（年少）
- ☺色にびっくりしていましたが、ブラッシングして染まった部分がきれいになると喜んでいました。汚れがついている場所だと伝え、「虫歯になっちゃう！」と言っていたのですが、ちゃんと磨けるようになると虫歯にならないよと教えてあげました。（年中）
- ☺いつも自分から「10秒数えて！」10秒ずつ磨いていて、結構丁寧に頑張っているなと思っていましたが、赤紫の部分が思いの外あってびっくりしました。親の仕上げ磨きをしっかりやらねばと思いました。（年中）
- ☺年長さんから電動歯ブラシにしたところ、喜んで朝・晩やるようになりました。磨き残しもほぼなかったのですが、歯間に挟まった肉に薬液が反応していました。やはり歯間ブラシも適宜必要そうでした。（年長）
- ☺まだまだ仕上げ磨きに頼って、軽くしか磨かないときがありますが、みがきのこしチェックでは、「年長さんは自分で磨くんだよ。」と伝え、鏡を見ながら一生懸命ブラッシングしていました。やっぱり奥歯だなーと思いました。虫歯ゼロ目指していきます。（年長）

今回は初めて全学年に歯垢染色剤を使ったみがきのこしチェックを御家庭で行っていただきました（昨年までは年長のみで実施していました）。年少組は嫌がったり、怖がったりしてなかなかうまくいかなかった御家庭も多いようでしたが、年中・年長と学年が上がるにつれ、赤く染まった部分の意味をしっかりと理解しながらブラッシングをしたお子さんが多くなっているようでした。同様に保護者の方も、仕上げ磨きの大切さや磨き足りないところがわかったと感想に書いてくださった方も多く、実施の成果が感じられました。1年に一度のチェックとして来年も実施したいと思います。また、今回のみがきのこしチェックで上手くできなかった方、もう一度やってみたいという方がいらっしゃいましたら、もう一度歯垢染色剤をお渡しできますのでお声掛けください。また、その他では「電動歯ブラシを使うようになってから、歯磨きにやる気が出た」「みがき残しが減った」「歯垢が殆ど染色されなかったので電動歯ブラシの力が確認できた」などという感想も多くありました。機会があれば、是非お試しください！



ひがしなえぼ幼稚園みがきのこしデータ

- ⇒ みがき残しが多い部分
(7人以上記入あり)
- ⇒ みがき残しがまあまあ多い部分
(4人以上記入あり)
- ⇒ みがき残しが少しある部分
(2人以上記入あり)

❀ 1 月掲示物のようす ❀

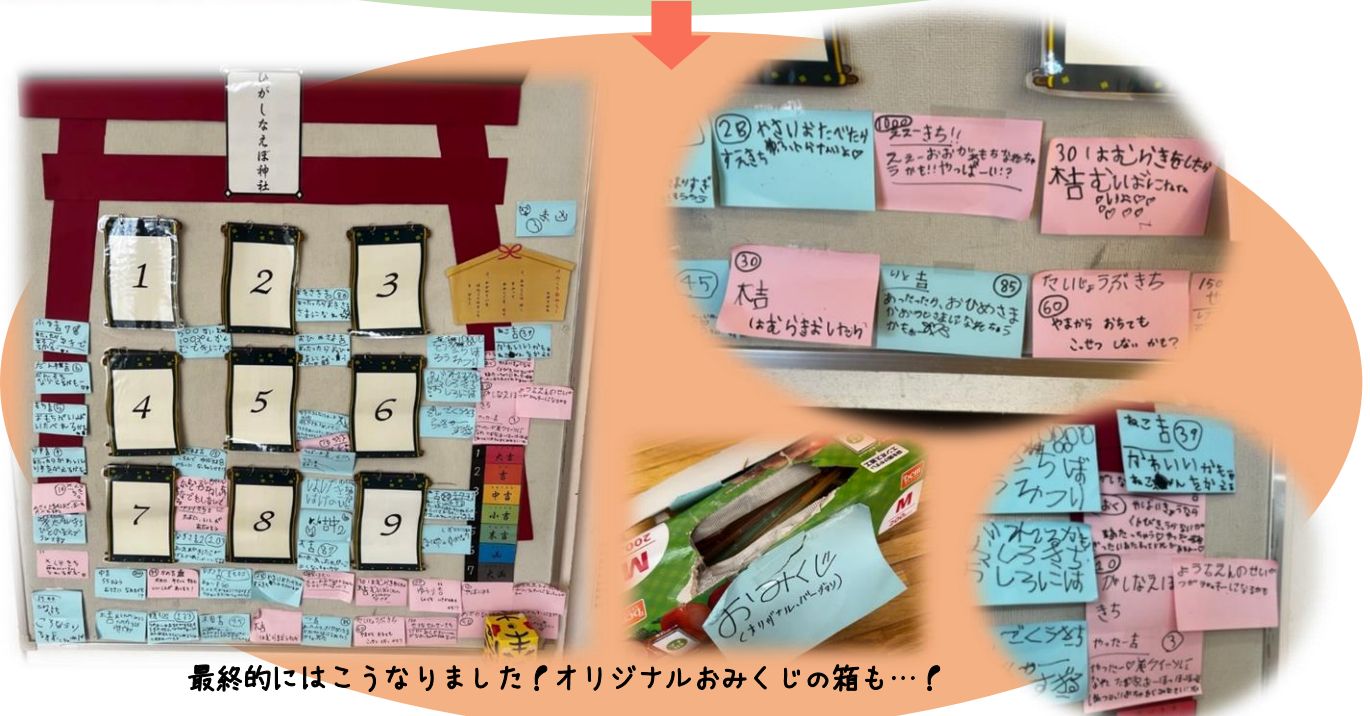
一月の掲示物は、年明けということもあり、「おみくじ」をテーマに「健康おみくじ」を作成しました。はじめは、毎日くじを引いて、少しでも健康にいい生活習慣のイメージが身につけば・・・というくらいの想いで作成しましたが、子どもたちから「自分で考えたおみくじを作りたい!」という声があり、付箋とペンを用意するとアイデアがどんどん溢れてきました。「やさいを たべると ふとらないよ♡」など健康に関係するものから「ひがしなえぼ吉 ようちえんのせいかつがラッキーになるかも!？」など引いてワクワクするおみくじがたくさん誕生しました。おみくじを作りたいくて、ひらがな表を持ってきて書く姿や、どんなのがあったら面白いかなと考える姿がとても素敵でした。毎日年長さんを中心に代わる代わる作成していたので最終的には貼る場所がなくなるほどに・・・予想もしていなかった展開に私もワクワクが止まりませんでした。おみくじの掲示は撤去するのがあまりにも惜しいため当初の予定を伸示する予定です。



最初はこんなかんじでした
→ 1月いっぱいまで掲



思いを巡らせながら作成 & おみくじチャレンジ!



最終的にはこうなりました! オリジナルおみくじの箱も…!