



2019年12月
第9号

発行責任者
社会福祉法人真光会
理事長 佐々木鴻文

- 高木保育園
- 今町保育園
- 天竜保育園
- 梅北保育園

朝夕、冷え込むようになってきました。
インフルエンザをはじめとして、冬に多く見られる感染症の流行する時期になりました。かぜやインフルエンザ、感染性胃腸炎を予防するためにも、手洗い・うがいをきちんとしましょう。
また、12月22日は冬至。ゆず湯はいかがですか。



感染症情報

市内で伝染性紅斑(リンゴ病)が流行しています。

主な症状は17日から18日ほどの潜伏期間の後、頬にはっきりとした紅い発疹が現れ、続いて手・足に網目状・レース状・環状などと表現される発疹が広がります。また、胸腹部背中にも発疹が出現することがあり、これらの発疹は1週間前後で消えます。中にはガラガラと長く続いたり、一旦消えた発疹が短期間のうちに再び現れたりすることがあります。

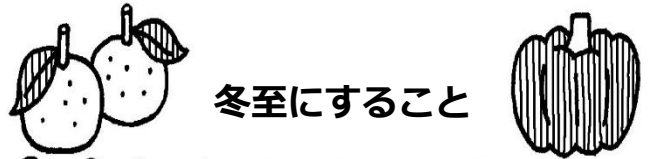
感染すると免疫が成立し、2度かかることは極めてまれです。



予防がやっぱり大切！ 「手洗い・ワクチン」

私たちが感染する病原体(細菌やウイルス)は、まずは私たちの手に付着します。その手で鼻や口などに触れると、その病原体が体内に侵入して感染します。また、病原体の付いた手で様々なものに触れ、周りの人がそれらに触れることで、感染が広がっていきます。私たちの手は、様々な感染症を運んでいるのです。

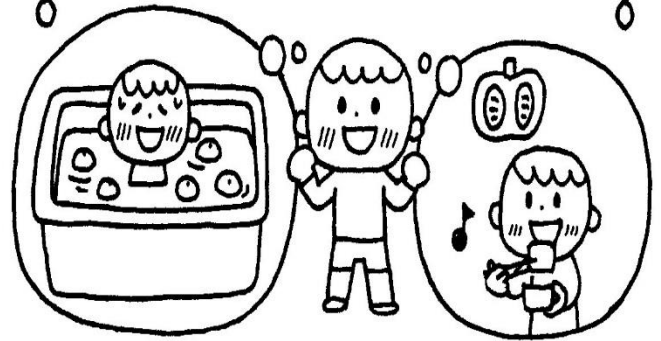
手を洗うことで、手に付いた病原体が体に侵入するのを防ぐだけでなく、周りの人に感染を拡げることを防ぐこともできるのです。手洗いは、日々の生活の中でできる極めて有効な感染対策です。



冬至にすること

一年で最も昼が短くなる冬至。運がつくとして「ん」のつく食べ物の南瓜(なんきん、かぼちゃ)を食べます。南瓜はビタミンを多く含み、この日に南瓜を食べると、風邪をひかないと言われます。ゆず湯は、ゆずの強い香りで邪気を払うとされています。ゆずの成分が血行を促進し、体を温めて風邪を予防します。

今年の冬至は12月22日です。ぜひご家庭でも冬至の行事を体験してみてください。



天竜保育園からのお知らせ

・毎月、第2水曜日に『園開放』を実施しています。対象は未入園のお子様と保護者です。

(9:30~11:30まで)★今月は11日です。

※1月の予告

- ・7日(火)七草法要(攝護寺にて)
- ・10日(金)誕生会
- ・11日(土)避難訓練(火災)※土曜午後保育
- ・25日(土)マラソン大会
- ・27日(月)~2月1日(土)個人面談