



2020年3月
第12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

新型コロナウイルス感染による肺炎の流行が世界規模となり、日本でも小中高校休校やテレワークの推進などの防疫対策が行われています。様々な情報があふれ日常生活にも支障をきたす状況ですが、自分たちに出来る事は何かをそれぞれが考える必要があるように思います。

万々に備えるための情報や各家庭で出来る事の一部を紹介します。

新型コロナウイルス感染症について 帰国者・接触者相談センターに相談いただく目安

- ・風邪症状や 37.5 度以上の発熱が 4 日以上続く方
(解熱剤を飲み続けなければならない方も同様です。)
 - ・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある方
 - なお、以下のような方は重症化しやすいため、この状態が 2 日程度続く場合にはご相談ください。
 - ・高齢者
 - ・糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD 等)の基礎疾患がある方や透析を受けている方
 - ・免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方
- ※妊婦の方…念のため重症しやすい方と同様に、早めにご相談ください
- ※お子様をお持ちの方…小児については、現時点で重症化しやすいとの報告はなく、目安どおりの対応をお願いします。
- ※インフルエンザ等の心配があるときには、通常と同様に、かかりつけ医等にご相談ください。

厚生労働省より

免疫力を高めて感染症予防

インフルエンザやノロウイルスなど、感染症が流行するシーズンです。予防には、手洗いやうがいはもちろん、バランスのよい食事を取ることが大切です。ビタミンが豊富なほうれんそう



やブロッコリー、ポリフェノールが豊富なりんごなど、ウイルスに対する免疫力を高めるといわれる食材を取り入れながら、この季節を乗り切りましょう。

今町保育園からのお知らせ

2月20日(木)に、今町地区消防団との合同避難訓練をしました。放水を見たり、消防服を着せてもらったりして、大興奮の園児さん達でした。



食卓でおいしいを共有しましょう



子どもさんの食への関心を育む要素の一つと一緒に食べる喜びがあります。

家族そろっての食事が難しい日もあるかと思いますが、子どもさんと一緒に食べることができる日は、その時間を大切にしましょう。

会話を楽しみながらゆっくり食べる食事は、心も体も元気してくれます。「ホクホクしておいしいね」「シャキシャキしているね」など、言葉掛けすると食べた時の会話や表現も豊かになります。