

ほっぺんだよん 1月

令和8年1月1日 ミモザはまでらこども園

あけましておめでとうございます。年末年始は、いかがお過ごしでしたか。新しい1年がスタートしました。本年もどうぞよろしくお願いたします。今年の干支は午年。馬が力強く走るように、子どもたちが元気いっぱい、のびのびと過ごせる一年になることを願っています。



元気に楽しく過ごすために、**食事・運動・睡眠のバランス**を大切に生活リズムを整えながら過ごしましょう。

🌱 年始の体調管理と感染症予防について 🌱

昨年は、インフルエンザの流行（1回目）が見られました。インフルエンザは、**型が違えば再び感染すること**があります。年始も引き続き、体調管理と予防を心がけましょう。

🌱 インフルエンザについて ● インフルエンザは登園許可書が必要です

👉 発熱・咳・鼻水・元気がない様子がある場合は無理をせず、早めの受診・ご家庭での安静をお願いします。

💜 感染性胃腸炎にも注意しましょう

👁️ 嘔吐・下痢の症状がある場合

・症状が治まるまで登園を控えましょう ・受診の上、医師の指示に従ってください

💡 予防のポイント

・石けんでの手洗いを丁寧に ・タオルの共用は避けましょう



👁️ 元気のもとをつくって、寒さに負けず冬を元気に過ごしましょう 👁️

- ❄️ 寒い日も体を動かすことで体温が上がり、**免疫力アップ**に繋がります。
- ❄️ 元気に外で遊び血行をよくし、**風邪に負けない体をつくり**ましょう。
- ❄️ 首、手首、足首を冷やさない服装は、**体調管理の大切なポイント**です。
- ❄️ 温かいごはん、みそ汁、たんぱく質のある食事で体の中から**元気に**。
- ❄️ 手洗い・うがいなど日常の習慣を続け、**ウイルス予防**を心がけましょう。

年末年始はごちそう続き🍡
食べすぎは胃腸の負担となり、
体力低下や風邪をひきやすくなるので気を付けましょう🌟

👁️ **体も心も元気な1年にしよう**

12月感染症発生状況

インフルエンザA型・・・0歳児6名、1歳児4名、2歳児3名
3歳児2名、4歳児5名、5歳児4名

🌟 1月の予定 🌟

◆ 身体測定・・・5日（月）

🌱 感染症に関するお願い

園では、子どもたちが安全に集団生活をおくれるよう、感染症の拡大防止に努めています。
感染症に罹患した場合や、医療機関で診断を受けた場合は、必ず園へお知らせください。
ご理解とご協力をお願いします。

