



11月になり、葉っぱの色が美しく色づき始めました。どんぐりや落ち葉を拾う子どもたちも季節の移り変わりを感じているのではないのでしょうか。この時期、服の調整も難しくなりますが、厚着しすぎないように上着などで調整したいですね。生活リズムを整え、栄養、休養、睡眠をしっかりととりましょう。

お知らせ・お願い

日頃園児の体調、様子などに関して連絡帳、口頭などでお知らせいただきありがとうございます。昨今、朝夕の気温差が大きく、季節の変わり目のためか体調をくずすお子さまが増えてきました。

鼻水や咳、下痢便などの症状が多くある際などは、受診をお願いすることがあります。集団で過ごしていることもあり、お忙しいとは思いますがご理解ご協力をよろしくお願いします。小さいことでも大丈夫ですので、何かございましたら連絡帳に入力していただくか、職員にお伝えください。今後も様々なご協力をいただくことも多いと思いますが、よろしくお願いします。



歯科検診のお知らせ

〇日時：11月14日（火）

〇時間：9時30分頃から ローレル歯科医院 相田 忠輝先生

11月初旬に事前にアンケートをメッセージ機能で送信します。質問がある方のみ11月13日（月）までに入力、送信をお願いします。質問がない方は不要です。

検診日当日お休みした場合は、後日保護者の方と直接ローレル歯科医院に行ってください、検診を受けていただくようになります。日程、時間などは決まり次第お知らせします。

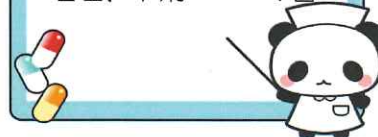
当日都合休みの場合は、検診の時間（9時50分頃～10時30分頃くらいまで）に来園していただき、早めに検診のみを受けて帰宅することもできます。体調不良時以外は、なるべくいらしていただけるようご協力をお願いします。

11月の保健行事

- 6日（月）・・・1、2歳身体測定
- 7日（火）・・・0歳、なかよし身体測定
- 8日（水）・・・手洗い指導（なかよし）
- 14日（火）・・・歯科検診
- 21日（火）・・・0歳児健診

10月の健康状況

- 発熱・・・32名
- インフルエンザA・・・15名
- 突発性発疹・・・2名
- 手足口病・・・1名
- 咳、鼻水・・・12名
- 嘔吐、下痢・・・1名



SIDS（乳幼児突然死症候群）

SIDS（乳幼児突然死症候群）とは？

☆SIDSは、何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る原因のわからない病気で、窒息などの事故とは異なります。

☆平成27年度には96名の赤ちゃんがSIDSで亡くなっており、乳幼児期の死亡原因としては第3位となっています。

☆SIDSの予防方法としては確立していませんが、以下の3つのポイントを守ることにより、SIDSの発症率が低くなるというデータがあります。

SIDS（乳幼児突然死症候群）を予防するには？

▼1歳になるまでは、寝かせる時は仰向けに寝かせましょう。

うつ伏せ、あおむけのどちらかでも発症はしますが、寝かせる時にうつ伏せに寝かせた時の方がSIDSの発症率が高いということが研究者の調査からわかっています。医学上の理由でうつ伏せ寝を勧められている場合以外は、赤ちゃんの顔が見える仰向けに寝かせましょう。この取り組みは、睡眠中の窒息事故を防ぐ上でも有効です。

▼できるだけ母乳で育てましょう。

母乳育児が赤ちゃんにとっていろいろな点で良いことはよく知られています。母乳で育てられている赤ちゃんの方がSIDSの発症率が低いということが研究者の調査からわかっています。できるだけ母乳育児にトライしましょう。

▼タバコはやめる

タバコはSIDS発生の大きな危険因子です。妊娠中の喫煙はお腹の赤ちゃんの体重が増えにくくなりますし、呼吸中枢にも明らかによくない影響を及ぼします。妊婦自身の喫煙はもちろんのこと、妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙はやめましょう。これは、身近な人の理解も大切ですので、日頃から喫煙者に協力を求めましょう。

厚生労働省 SIDS対策強化月間 普及啓発リーフレット参考



11月8日はいい歯の日

虫歯や歯茎の病気（歯周病）は、毎日の正しく丁寧な歯磨きで防ぐことができます。

たくさん噛んで食べると、こんなにいいことがあります

おいしく
食べられる

消化を
助ける

食べ過ぎを
防ぐ

脳を
刺激する

表情を
ゆたかに

