



平成28年度 小久保保育園

心なしか空が澄み、朝、晩の涼しさの中に秋の訪れを感じます。水遊びや花火等夏ならではの遊びを楽しみ、ひとまわり成長した子どもの姿が見られます。

この時期は夏の疲れが出たり、気候の変化に伴い体調を崩し易い時です。体調に十分注意し、楽しい園生活を送りましょう。

●咳エチケット●

インフルエンザに限らず、全ての呼吸器感染の感染拡大を防ぐ上で基本となるのが、呼吸器衛生と咳エチケットです。インフルエンザなど呼吸器系感染症は、咳やくしゃみからの飛沫やそれで汚染された手を介して広がります。咳やくしゃみをする際にはハンカチやティッシュで口元を覆う、あるいはマスクをするなどして、周囲への飛沫の拡散を抑え、感染の拡大を防ぎましょう。

- ・ 咳やくしゃみをするときはいつも、鼻と口をティッシュで覆います。使用したティッシュはゴミ箱に捨てます。
- ・ ティッシュがない場合は、袖などで押さえて咳やくしゃみをします。
- ・ 咳やくしゃみの後は、流水と石けんで洗ったり、アルコール系消毒剤で消毒したりして、手を清潔に保ちます。
- ・ 病気のときはなるべく外出しないようにしましょう。
- ・ 食器や飲み物のグラス、タオルやその他個人用の用具を共用しないようにしましょう。



●手の洗い方●

じょうずに手を洗いましょう

 <p>1</p>	 <p>2</p>	 <p>3</p>	 <p>4</p>
両手を水で洗います。	せっけんを手にとってアワをつくります。	手のひらを洗います。	ゆびのあいだも洗います。
 <p>5</p>	 <p>6</p>	 <p>7</p>	 <p>8</p>
手のそとがわを洗います。	ゆびさきの、ツメのところを洗います。	おやゆびのつけねも洗います。	さいごに手首を洗って、水で15秒くらい洗いながします。