



# なかよしメール 1月

洞爺湖町子育て支援センター ☎・fax 76-2008

メールアドレス [Kosodate.center@town.toyako.hokkaido.jp](mailto:Kosodate.center@town.toyako.hokkaido.jp)

令和2年 12月25日

## あけまして おめでとうございます

お正月は、どう過ごしていましたか？  
新型コロナウイルスの関係でスティホームをと言われ、大好きなおじいちゃん、おばあちゃんのところへ行けなかったお友達もいたのかなぁと思っています。一日でも早いコロナの終息を願うばかりです。

そんなコロナ禍で迎えるお正月。家族で絵合わせやすごろく、コマ回しなどの伝承遊びをぜひ家族で楽しんでみてはいかがでしょうか。また、寒いとついつい家にもりがちになってしまいますが、雪が大好きな子ども達です。尻すべりや雪だるまつくりなど季節の楽しい遊びを親子で満喫しましょう。

### 「入江保育所開放」にて

エプロンシアターの「サンタさん」を一緒に見ました。支援の子ども達は、保育所の子ども達の声が聞こえるたびに声をあげて嬉しそうに見ていました。



### 「親子ふれあい遊び」

#### ★お正月の飾り物作り

今回、コロナウイルス感染拡大防止の為に、組数を限定して行いました。まつぼっくりや折り紙、紙粘土などで飾りつけると華やかな門松ができ、初めてじゃばら折りにも挑戦しました。



### 「桜ヶ丘保育所開放」にて

保育所の子ども達の元気さに圧倒されてお母さんから離れられなかった支援のお友達も徐々に慣れてブロックで沢山遊びました。

### 「本町保育所開放」にて

雪だるまや雪をクレヨンやポンポンで模様をつけ、時間が経つのも忘れて夢中で描いていました。その後は、木の玩具でもくもくと楽しそうに遊んでいました。



# 「1月の予定カレンダー」

日	月	火	水	木	金	土
					1元旦 お正月休み→	2 →
3 →	4 →	5 お正月 休み	6 本町保育所開放	7 開設	8 本町保育所開放	9
10	11 成人の日で 休み	12 開設	13 入江保育所開放	14 開設	15 本町保育所開放	16
17	18 開設	19 開設	20 開設	21 開設	22 親子ふれあい遊び	23
24/31	25 開設	26 開設	27 開設	28 開設	29 本町保育所開放 (ミニ講習・誕生会)	30

## 「親子ふれあい遊び」

### ★豆まきグッズ作り

\*年齢によって紙皿でゆらゆらゆれるおにや豆を入れる物を作り、いやいや虫や泣き虫を退治しましょう。



**日時** 1月22日(金) 10:00~11:30

**場所** 本町保育所

**持ち物** タオル、着替え、水分補給物(水か麦茶)、ジャンパー靴、手袋、帽子

**予約制**なので**申込みが必要**です。

**申込み締切日** 1月19日(火) **参加組数** 3組まで



## 「おしらせ」

\*2月「おひなさま作り」、3月「1年間、ありがとう会」も3密をさけ少数で行いたいと思いますので参加組数を3組に限定させていただきます。

場所は地域交流センターから本町保育所に変更します。ご了承ください。

\*1月20日(水)桜ヶ丘保育所開放、1月27日(水)洞爺保育所開放につきましては、新型コロナウイルス感染拡大防止の為、中止とさせていただきます。

# 「冬の感染症対策」

冬の3大感染症は、「インフルエンザ」「RSウイルス感染症」「ウイルス性胃腸炎(ノロウイルス・ロタウイルス)」です。症状や特徴を知って対策をとり、元気に冬を過ごしましょう。

## 「インフルエンザ」

- 1~2日の潜伏期間の後、突然、寒気、高熱、頭痛、関節や筋肉痛、だるさなどの症状が現れます。熱は、40℃近くまで上がることもあります。
  - だるさの症状は、3~4日で治ります。
  - インフルエンザは、非常に強いウイルスで気管支炎や中耳炎を併発することがあるので注意をしましょう。
- \*予防接種で重症化を防ぐことができるので流行の前にワクチン接種をしておきましょう。



## 「RSウイルス感染症」

- 2~8日の潜伏期間の後、38~39℃の発熱や鼻水、咳など普通の風邪の症状が出ます。症状が悪化すると肺炎や細気管支炎など重症化しやすいので注意が必要です。
  - 38℃の熱がある。
  - 呼吸が苦しそう。ゼイゼイ、ヒューヒューと息が荒い。
  - 発病後、数時間で急激にぐったりする。
- \*熱や咳などの症状を和らげる治療をして病気が治るのを待ちます。数日から1週間で治ります。



## 「ウイルス性胃腸炎」

(ノロウイルス・ロタウイルス)

- 灰色から白っぽい下痢のうんちと激しいおう吐が特徴です。
- 2~3日の潜伏期間の後、激しいおう吐(1日5~6回)と激しい下痢が起こります。又、高い熱が出ることがあったり、下痢をせずおう吐だけ・・・という場合もあります。熱は多くの場合、半日で平熱となります。下痢に症状は、3~8日続きますが、乳幼児では、1週間以上、長引くことがあります。下痢やおう吐のより、脱水症状を引き起こす可能性があるためこまめに水分補給をしましょう。

## 「感染症を予防するには・・・」

- 手洗い、うがい、タオルの共有を避ける。
- 人ごみを避ける。
- 冬の感染症は、風邪と似ているので症状を見て風邪だと決めつけず、子どもがつかうにしている時は迷わず受診しましょう。
- おう吐物の処理をする時には、素手で行わず、次亜塩素酸ナトリウム(キッチンハイター)などの希釈液で消毒をし、二次感染を防ぎましょう。

