



# 12月の ほけんだより



社会福祉法人  
伊東つくし会  
ちゅうりっぷ保育園  
2020年12月



早いもので、今年も後1ヶ月となりました。今年は新型コロナウイルス感染症で、いろいろと生活様式が変わりましたね。そんなコロナ渦でも子どもたちは毎日元気に過ごしています。これからもっと朝晩の冷え込みが厳しくなり、空気の乾燥が強くなるとインフルエンザや感染性胃腸炎が流行り始めてくると思います。引き続き感染予防を家族みんなでしていきましょう！



## 冬の適正な室温と湿度は？

ウイルスは低温・低湿度が大好きです！

**室温 20℃ 湿度 50～60%ぐらい**

湿度は40%を切らないようにしましょう



## 加湿の工夫

### \*加湿器の使用

カビやレジオネラ菌発生予防のため、水を毎日交換し、清潔に使用しましょう。

### \*濡れタオルによる加湿

タオルを濡らして室内に干します。  
タオルは毎日交換しましょう。

### \*霧吹きによる加湿

霧吹きにきれいな水を入れて、室内にまんべんなく吹き付けます。

### \*ペーパー加湿器

広い部屋には適しませんが、1人分の周囲程度の範囲であれば加湿可能です。



## おねがい

- ★いつもと緊急連絡先が変わるとき。(仕事の都合や、お休みの時など)
- ★家族に具合の悪い人がいる時。
- ★県外へ出かける時。

職員に声をかけてください。  
よろしく願いいたします。



内科健診・歯科健診 無事に終了しました。結果は成長記録表でお知らせさせていただきました。

☆ご協力ありがとうございました。

11月の感染症 ありませんでした。

