

ほけんだより1月号



社会福祉法人 慈愛会 あかまえこども園・さくらんぼ分園

令和3年 1月 発行

あけましておめでとうございます。子ども達にとって楽しみなお正月。寒さや新型コロナウイルスも吹き飛ばすくらい元気にお休みを過ごしてほしいです。手洗い・うがいをこまめに行って、新型コロナウイルスだけではなく、インフルエンザや胃腸炎などにも気をつけたいですね。

<エアコンを使うと空気が乾燥する仕組み>

エアコンを冬場に暖房として使うと空気が乾燥してしまうから使いたくないと考える人もいるのではないのでしょうか。実は乾燥の原因は「エアコン」にあるわけではないのです。温度によって空気はそれぞれ水分を含むことができる量が決まっています。灯油やガスによるストーブやファンヒーターの方が乾燥しないと感じるのは、灯油やガスは燃焼する際に、水蒸気が発生するからです。

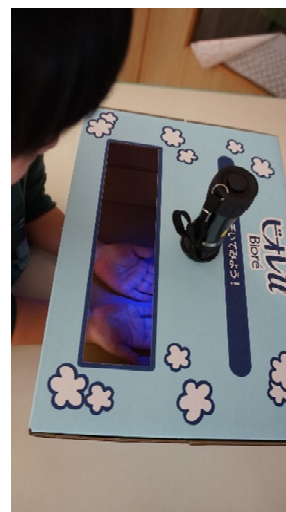
空気が乾燥すると、人間の粘膜などの水分はより乾燥しやすくなります。喉は乾きやすくなりますし、皮膚などの水分も蒸発しやすくなり乾燥します。つまり、空気を暖めるタイプの暖房を使用して空気が温まれば自動的に湿度が低下することになります。あまり温度を上げすぎず、衣類で調節したり、加湿器を併用したりして、乾燥から体を守りましょう。

ちゃんと手洗いできてるかな？

12月17日におれんじ組、ひまわり組、さくら組の園児を対象に手洗いについて再度お勉強をしました。クイズをしたり、手洗いの歌を歌ったりみんな楽しそうに参加できました。最後は専用のローションを手に塗り、歌を歌いながら手洗いをして、箱の中を覗くと…

指先の汚れが落ちづらいことがわかりました。子ども達も「おおかみさんが足りないね！」など気がついたようです。

手洗いのポスターをご家庭にも配布しますので、目に入る場所に貼るなどご活用ください。



白く光って見えるところが洗い残しの部分です。子ども達は何度も手を洗い直してチェックしており手がキレイになるのを実感していました。