



令和4年11月  
さざなみっこ保育園  
看護師 謝敷亜李沙

# 11月 ほけんだより

朝夕が少しずつひんやりとして、沖縄も秋らしくなってきましたね。この時期は、日中と夜の気温差が激しく、かぜをひきやすくなります。体調管理に十分気を付けていきたいですね。  
また、今年はインフルエンザの流行が起こることが予測されています。そこで、インフルエンザの予防接種が重要となってきますので、ご家族で予防接種を検討するのも良いかと思えます。

## 11月8日は 「いい歯の日」



11月8日は、「いい歯の日」です！

3歳頃になると、自分で歯みがきできる子も増えてきますが、最後はきちんと仕上げ磨きをしてあげましょう。

また、毎日お母さんやお父さんが仕上げ磨きをしていても、3歳頃から、歯石がつきやすくなってきます。

そこで、かかりつけの歯科医院を見つけ、フッ素を塗布してもらいながら、お口の健康を維持していくのも虫歯予防につながりますよ。

遅くとも3歳の誕生日までに歯医者さんデビューをしましょう！

## インフルエンザの予防接種は 子どもたちを守ります！

インフルエンザの予防接種はお済みですか？さざなみっこ保育園の職員は、10月に全職員接種済みです(^ ^)

インフルエンザの予防接種を受けると、必ず発病を妨げるといえるものではありませんが、重症化や合併症のリスクを減らすことができます。

インフルエンザに感染し、重症化することで、急性脳炎・脳症などの合併症を発症する事例のうち、10歳未満の子どもたちが70%を占めています。  
それを考えると、インフルエンザの予防接種は重要となってきますね。



## 尿・ぎょう虫検査があります

### 提出期限

**11月21日(月)**  
**11月22日(火)**



尿・ぎょう虫検査の提出があります。どちらかの日にちに必ず提出お願いします。  
提出日当日は、10時頃には、医療機関の方が回収に来ますので、登園時に必ず保育士へ手渡しして下さいね。



### 【尿検査でわかること】

- 尿たんぱく検査・尿潜血検査  
→尿の中にたんぱくが出ていないか、血液が混じっていないかを調べます。  
※腎臓の病気の早期発見につながります
- 尿糖検査  
→尿の中に糖が出ていないかを調べます。  
※子どもの糖尿病の早期発見につながります

**※検査容器は、11月17日に持たせます**