

# 2月のふんぽり

仙台ありのまま舎保育園  
令和8年2月号

寒波が長く居座り、芯から冷える寒さが続いていましたね。少しずつ落ち着き、気温も高くなっていくようです。子どもたちの、窓や扉に近づき、お散歩に出たいと訴える姿がかわいらしいのですが、先月はあまりの凍てつく寒さに、なかなか外に出ることができなかったので、今月はお散歩に出ることができるといいなと思います。

2月3日は節分です。体や家から悪い鬼を追い出して、今年一年、元気に楽しく過ごせるよう、ご家族で節分の行事を楽しんでみてくださいね。



「豆まき」

(2月)

3日 豆まき会  
10日 身体測定  
19日 避難訓練

行事予定



(3月)

3日 ひな祭り会  
10日 身体測定  
19日 避難訓練

## 豆に注意しましょう！！

節分といえば、自宅で豆まきを行う家庭も多いかと思いますが、毎年、乳幼児の豆による窒息事故や死亡が多く、消費者庁は5歳以下の乳幼児には豆を食べさせないよう注意を呼びかけています。うちは食べさせていないから大丈夫と思わず、豆まき後、落ちていた豆を食べてしまい事故が起きたということもあるので、お子様の動きに充分に注意しながら豆まきを楽しみましょう。

身体の使い方が上手になり、一人で身の回りのことが少しずつできるようになってきました。手を添えたり、やり方や順番を伝えるとやる気を持って取り組んでいます。4月からの新生活における環境の変化に戸惑うことが多くなりますが、身の回りのことが一人でできる自信を身に着けていると、少しでも心の負担が軽くなります。ご家庭でも、日常生活の中で少しずつ練習して、新しい生活へ備えていけるといいですね。





### 現在、インフルエンザB型が流行しています。

お出掛けする時はできるだけマスクを着用し、帰宅後は手洗いうがいをしっかりして、風邪症状がある場合は無理をせず休みましょうね。

普段よりたくさんの鼻水が出るときは風邪のひきはじめです。すすらず、排出する練習をしましょう。ティッシュをあて、反対側の鼻をおさえ、口から息を吸いながらやさしくかみます。必ず片方ずつしないと、耳へ悪影響を及ぼします。

また、鼻をかんだ後は手を洗う習慣をつけましょう。鼻水やくしゃみ、咳にはウィルスが潜んでいます。そのまま食べ物の準備をしたり食事をすると、マスクをしていても感染してしまいます。鼻をかんだ後、食事をする前には必ず手洗いをするようにしましょう。

スキンケアも大事ですね。子どもの皮膚は大人と比べて薄くデリケート。今の乾燥する季節はカサカサしたままにしていると痒みの原因に。子どもたちは無意識にかいていることもあります。かきむしって傷ができて、そこからウィルスが入り、感染症に罹ることもあります。お風呂あがりなどに保湿剤を塗って、肌も整えていきましょう。



### お休みをお願いします

- 37.5℃以上の熱がある
- 咳がひどい
- 下痢の回数が多い（回数が少なくても水下痢の場合も）
- 食欲がなくだるそうにしている
- 鼻水が多く泣きやすい
- 嘔吐している

このような場合、集団で長時間過ごすことが難しいサインです。様子を見て、早めに受診し消化の良いものを食べてゆっくり休んで体力回復に努めましょう。