



食育だよ



少し似た症状のこの時期に流行する病とは・・・？

あけましておめでとうございます。
お正月休みの間、不規則な生活習慣がついてしまったお子さんはいませんか？
休み明けは体調を崩しやすい時期でもあります。
体調管理には十分気を付けましょう。
また、コロナ禍の行動を良く考え、周りの人への配慮も忘れず行いましょう。

外から帰ってきたら「うがい・手洗い」を習慣としてやって行きたいですね。
接触感染を防ぐ基本は、「手をしっかりこまめに洗う」ことです。
手を洗う時間の目安は30秒で約86%減少します。



正しい手洗い方法



かぜ



原因	細菌・ウイルス
時期	一年を通して
病気の始まり	鼻水・くしゃみ
熱	37℃～38℃くらい
伝染	多くの人にはうつらない
関節痛	おほとんど無い
合併症	安静にしていれば大丈夫

インフルエンザ



原因	ウイルス(インフルエンザウイルス)
時期	冬から春に多い
病気の始まり	風邪の症状&倦怠感
熱	39℃～40℃
伝染	多くの人にはうつす(大流行)
関節痛	手足や腰が痛む
合併症	肺炎・気管支炎・インフルエンザ脳症

ノロウイルス



原因	ウイルス
時期	一年を通して(冬～春に最も多く発症)
病気の始まり	腹痛・下痢・嘔吐・頭痛
熱	微熱(38℃以下)
伝染	集団感染(食中毒)
関節痛	なし(筋肉痛)
合併症	特になし

※ 「ノロウイルス」・・・有効な抗ウイルス剤がなく、対症療法となります。
抵抗力の弱い乳幼児・高齢者が感染すると、(脱水症状)になりやすいため症状
が落ち着いた時に、少しずつ水分補給を行ってください。
また、症状がひどい場合は医療機関で点滴等を行うなどの治療が必要です。
尚、下痢がひどいからと言って下痢止めを服用すると、ウイルスが腸管内に留まり
回復が遅くなります。





♡♡みんなで楽しく食育活動ができるといいね♡♡



わくわく感が抑えられないクッキング当日の朝の「話題」♡
登園する足取りも軽やかに、親の手を引く子どもたち♡
食べようとする意欲、そして「食」への好奇心、子どもたちの満面の笑顔♡
期待以上の結果で応えられる子どもたちとの楽しい時間♡
この教室(クッキングルーム)で、開放的なテラスで、広～い農園で、子どもたち
一人一人が「生きる力」・「生きる営み」を培う機会と場所(環境)を私たち教職員は
全力で応援していきたいと思っています。



さつまいもを収穫した後は、土づくり！



広～い農園も今は冬休み中！（笑）

