



令和7年12月4日 東広島市立御園宇幼稚園 養護講師 大本 真祐子

カイロやホットカーペット、こたつなどの暖房機器を使う時期になりました。長時間同じ体勢でホットカーペットやこたつに当たり続けていると『低温やけど』になる危険性があります。『低温やけど』は重症化しやすいと言われています。ホットカーペットやこたつで寝てしまうことがないよう、子供と一緒に使い方を確認しましょう。

11月の保健指導

11月14日（金）と18日（火に）8日の「いい歯の日」に合わせて「むし歯」について保健指導をしました。プラークをむし歯菌（ミュースタンス菌）のうんち、歯を溶かす酸をむし歯菌のおしっこに例えてむし歯ができる理由を説明しました。

また、むし歯になりやすいおやつと、むし歯になりにくいおやつについて話をしました。

むし歯ができる理由

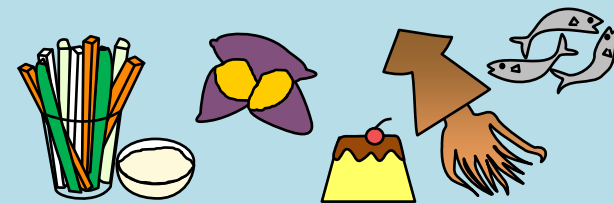
口の中にいるむし歯菌は甘いお菓子やジュースが大好きです。口の中にある食べカスをエサにむし歯菌が集まってきます。エサを食べたむし歯菌はおしっこやうんちをします。このおしっこやうんちを掃除（歯磨き）しないと歯が溶けてむし歯になってしまいます。

むし歯になりやすいおやつとなりにくいおやつ

- 歯にくっつきやすい食べ物
- 砂糖が多く含まれている食べ物



- 歯にくっつきにくい食べ物
- 口の中に留まる時間が短い食べ物
- 砂糖があまり含まれていない食べ物
- よく噛んで食べるもの



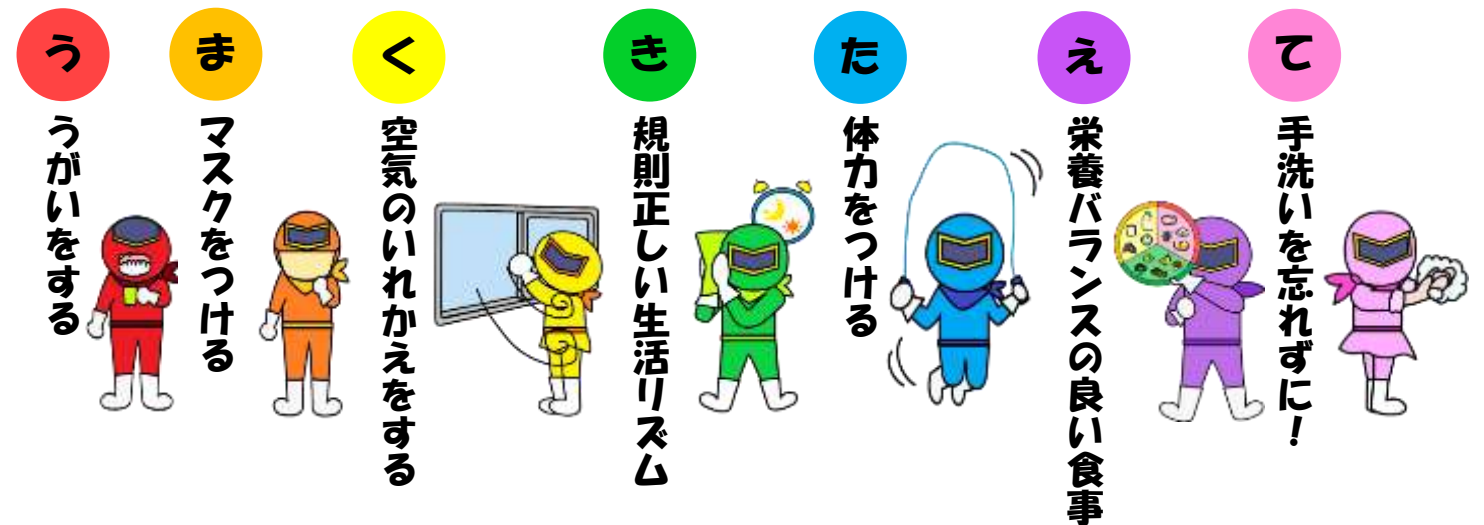
学校薬剤師による健康指導のお知らせ

1月29日（水）に学校薬剤師の吉田千晶先生にお越しいただき、5歳児そら組を対象に健康指導をしていただきます。保護者の方もご参加いただけます。詳細な日程は後日お知らせいたします。ぜひ、ご参加ください。



「うまくきたえて」感染症予防！

園内では感染症の流行は見られていませんが一人一人がウイルスに負けないように、規則正しい生活や手洗い・うがい、栄養バランスのよい食事など予防を心がけて生活しましょう。



広島県にインフルエンザ警報が発令されています

11月27日にインフルエンザ警報が発令されました。東広島市でもインフルエンザが流行しています。改めてインフルエンザの出席停止の基準についてお知らせします。学校保健安全法では、**発症した後5日を経過し、かつ解熱後3日（幼児のみ）を経過するまで**が出席停止の期間とされています。インフルエンザの診断が出たら、幼稚園までご連絡をお願いします。

経過日数 発熱期間	0日目 (発症した日)	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
2日間	 発熱	 発熱	 解熱	 解熱	 解熱	 解熱	登園可能		
3日間	 発熱	 発熱	 発熱	 解熱	 解熱	 解熱	登園可能		
4日間	 発熱	 発熱	 発熱	 発熱	 解熱	 解熱	 解熱	登園可能	
5日間	 発熱	 発熱	 発熱	 発熱	 発熱	 解熱	 解熱	 解熱	登園可能