



# 12月のほけんだより



年の瀬を迎え、何かとあわただしい12月。年末年始は外出や来客なども多く、生活リズムが乱れがちです。また、感染症も流行る時期です。体調管理には十分気を配り、元気に新しい年を迎えましょう。

## 尿検査のお知らせ

12月8日(火)に配布します。

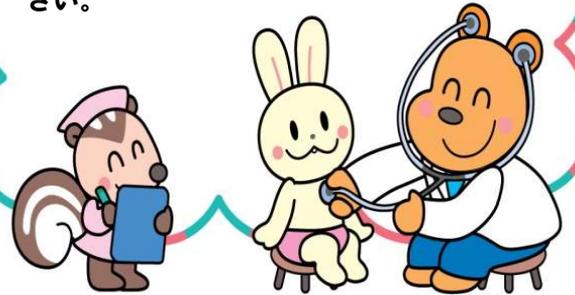
**12月9日(水)～11日(金)が提出日です。9時までに提出して下さい。**

- \* **提出日当日の朝に採尿して下さい。**  
園での採尿は保育に支障が出ます。**必ず自宅で採尿して下さい。**
- \* **食後だと結果が変わるため、食前に採尿して下さい。**
- \* **ラベルの名前に間違いがないか確認して下さい。**

## 内科検診のお知らせ

12月8日(火)9時30分から

日頃気づきにくい病気を早く発見したり、成長を知ったりすることは、子どもの健康を守るためにとても大切です。医師に聞いておきたいことなどがあれば、お知らせ下さい。



## 歯科検診のお知らせ

12月16日(水)10時から

気になる事がありましたら、担任までお知らせください。

\*新型コロナウイルス感染症の状況により、変更になる事があります。



## 冬のかぜについて

冬に流行するかぜには、発熱、鼻水、喉などが主症状の“鼻と喉のかぜ”と、嘔吐や下痢が主症状の“お腹にくるかぜ”(感染性胃腸炎など)があります。冬場、特に注意すべきはインフルエンザです。時に、重症化することがあり、急な発熱や悪寒、筋肉痛、関節痛を伴うようなら、インフルエンザの可能性があるので早目に受診しましょう。

自宅では、部屋を保温・加湿し、脱水症状が出ないように、水分補給には十分注意しましょう。