

## 5月 ぽっぽくらぶ



地域の皆様、こんにちは。共栄保育園・みのり園です。

新型コロナウイルス感染が広がり、各地で活動の自粛が行われていますが、当園でも、ぽっぽ活動を自粛せざるを得ない状況になっています。早く皆様と一緒に楽しく遊べる日が来るのを待っています。手洗い、外出自粛等、今自分たちでできることをしっかりと、共に乗り越えていきましょうね。



### 5月の予定

□で囲まれている活動は、事前申し込み(電話やメール)が必要です。



月	火	水	木	土
25				

新型コロナウイルス感染拡大防止の為、ぽっぽくらぶの活動は自粛させていただきます。  
また、再開できるようになりましたら、HP や掲示板でお知らせします。

**保育相談** 随時お電話でも受け付けています。お気軽に声をかけてくださいね。



ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。  
**外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前**などこまめに手を洗います。

### 正しい手の洗い方

手洗いの前に  
・爪は短く切っておきましょう  
・時計や指輪は外しておきましょう

- 1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 2 手の甲をのぼすようにこすります。
- 3 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 4 指の間を洗います。
- 5 親指と手のひらをねじり洗います。
- 6 手首も忘れずに洗います。



# SIDS (乳幼児突然死症候群) 知っていますか?



SIDS (シズ: 乳幼児突然死症候群) とは、それまで元気だった赤ちゃんが事故や窒息ではなく、眠っている間に突然呼吸がとまり、亡くなってしまふという**病気**です。

SIDS が起こりやすい要因として、

- ① 親の喫煙
- ② 人口哺乳 (熱すぎるミルクはお腹の中を温めすぎるのです)
- ③ うつぶせ寝  
が、あると言われていす。  
他にも、寝ている時のあたため過ぎや深い眠り等の時にも起こる確率が高くなります。

## 楽しく、安全に過ごすために

そこで、大切な子どもさんの命をお預かりしている保育園では、  
<保育園でできること>として

- **必ず仰向けで寝るように、うつ伏せや横向きの場合は仰向けに戻しています**  
(うつ伏せや横向きで寝ることによって窒息の危険性だけでなく、深く寝入ってしまうことで呼吸が止まる可能性が高くなるのです。)
- **寝ている間も5分ごとの呼吸の確認と、手や顔に触れたりなでたりして少し刺激を与えています**  
(眠りがぐーっと深くなっている時に呼吸が止まる危険性が高い為、常に目を配り気をつけています。)
- **午睡中は、掛け布団を胸の位置までにして、顔がよく見えるようにしています**  
(表情・呼吸の様子がよく見えるようにしています)
- **室温の調整をしています**  
(冬季 18~20℃、夏季 27~29℃程度 (できるだけ外気温との差 5℃以内に設定・管理をし、あたため過ぎに注意をしています。))

お家でも睡眠中のお子さんたちの様子に気をつけてあげてくださいね。

