

おっぽ 10月

令和6年 10月発行 国東市立武漢保育所
 地域子育て支援センターむ・さ・し Tel.0978-69-0432

吹く風に少しづつ秋の気配が感じられるようになりました。読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋。皆様はどんな秋を過ごしますか？ 今月もお子様と一緒にゆっくりと過ごせるよう環境を整えていますので、気軽に遊びに来てくださいね！

今月は芋掘りなど、季節のイベントを予定しています。ぜひ遊びに来てください。天気のよい日は園庭で外遊びをしましょう。初めてのお友だちも大歓迎！皆さま、お待ちしております！

武蔵保健福祉センターは10月～12月末までエアコンの工事の為、児童室の利用ができません。その間、支援センターむ・さ・しはすこやか館（武漢保育所）にて開館していますので、ご利用ください。

○支援センターの利用時間について○

◎月～金曜日 場所：すこやか館（武漢保育所）
 時間： 9:30～12:30
 13:00～15:00
 *昼食の持ち込みもできます。
 ※園庭開放 月～金曜日 10:00～15:00

10月の予定

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	すこやか館 すきなあそび	すこやか館 すきなあそび	すこやか館 すきなあそび	すこやか館 パネルシアター
7	8	9	10	11
すこやか館 読み聞かせ	すこやか館 すきなあそび	すこやか館 すきなあそび	すこやか館 すきなあそび	すこやか館 パネルシアター
14 スポーツの日 (お休み)	15	16	17	18
	すこやか館 読み聞かせ	すこやか館 すきなあそび	すこやか館 パネルシアター	すこやか館 芋掘り体験
21	22	23	24	25
すこやか館 読み聞かせ	すこやか館 すきなあそび	すこやか館 園庭であそぼう	すこやか館 保健講話/身体計測	すこやか館 すきなあそび
28	29	30	31	
すこやか館 すきなあそび	すこやか館 園庭であそぼう	すこやか館 ハロウィーン	すこやか館 読み聞かせ	



保健講話に保健師の浅野さんが来て健康チャレンジのお話をしてくれました。

お友だちとすべり台楽しいよ♪

○芋掘り体験○

10月18日(金) 10時30分～
 武漢保育所園庭内の芋畑で行います。
 持ち物：ビニール袋
 帽子・着替え
 水筒(飲み物)
 ※当日は汚れても良い服装と長靴でお越しください。

インフルエンザ対策はお早めに

インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み、筋肉痛などのつらい全身症状を伴います。家族からうつることも多いので、みんなで予防を心がけましょう！

予防のために

- 1 予防接種を受けるようにする
- 2 外から帰ったら、必ずうがいと手洗いをする
- 3 栄養のある食事と、水分をしっかりとる
- 4 室内の湿度、温度に気をつけ、こまめに換気する
- 5 室温は20℃前後、湿度は60%くらいを保つ
- 6 人混みを避ける

たっぷりの睡眠も大切！

保健コーナー

～油断大敵！感染症対策について～

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い・アルコール手指消毒」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です！

- 1、手洗い・アルコール手指消毒
 手洗いの前に、爪は短く切っていますか？時計や指輪は外していますか？
 ①調理の前後、食事前 ②外出先からの帰宅時 ③トイレのあと
 ④動物を触ったあと等こまめに手を洗いましょう。
 ★正しい手の洗い方★



- 2、咳エチケット
 ・咳やくしゃみ等の症状がある人はマスクをしましょう。
 ・ティッシュなどで鼻と口を覆います。
 ・とっさの時は袖や着るの内側で覆います。
 ・周囲の人からなるべく離れます。
- 3、予防接種を受けましょう。
 乳幼児のいるご家庭は、感染拡大対策として家族みんなで予防接種を受けましょう。

武蔵保険福祉センターより tel: 0978-68-1184