



# 2月 ぽんぽこだよ

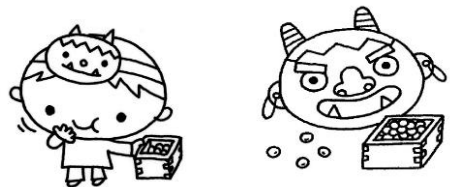


令和6年 木更津ぽんぽこ園

暦のうえでは春を迎え、もうしばらくすると冬から開放されそうです。子どもは風の子ですね。寒さに負けず、ほっぺを真っ赤にして走り回って遊んでいます。また、木の枝に小さな芽が顔をのぞかせているのを見つけると自然の伊吹の力強さを感じます。木々の芽がどんどん伸びていくように成長している子ども達を見守りながら、一日一日を大切に過ごしたいと思います。



- 身体測定
- 節分
- 避難訓練



## 節分

「節分」には季節を分けるという意味があり、立春・立夏・立秋・立冬の前日のことです。昔は立春が1年の始まりだったので、節分といえば立春の前の日を指すようになりました。悪いものや災いにたとえた鬼を、豆をまいて追い払い、1年の無病息災を願います。

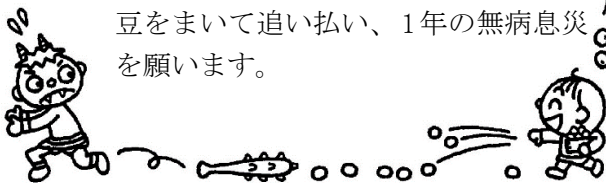


表. 風邪とインフルエンザの違い

	一般的な風邪	インフルエンザ
発症時期	一年を通じ散発的	冬季(12~2月)に流行
潜伏期間	特になし	1~3日
主な症状	上気道症状	全身症状
症状の進行	曖昧	急激
発熱	通常は微熱から(37~38℃)	高熱(38℃以上)
主症状(発熱以外)	・くしゃみ ・喉の痛み ・鼻水、鼻づまり など	・咳 ・喉の痛み ・鼻水 ・全身倦怠感、食欲不振 ・関節痛、筋肉痛、頭痛 など
要因ウイルス	ライノウイルス、コロナウイルス、アデノウイルス など	インフルエンザウイルス



## 健康見直しチェック

- 早寝早起きできましたか？
- 朝ごはんを食べましたか？
- 顔を洗いましたか？
- 歯みがきをしましたか？
- うんちをしましたか？

