



古河で暮らす  
こが暮らし こが育ち。

## わが家の アイドル



野口 さくらちゃん (1歳5カ月・諸川)

生まれてから今日まで風邪ひとつひかず、毎日元気いっぱい笑顔いっぱいのさくら。パパとママの子どもに生まれてきてくれてありがとう。これからも可愛い笑顔がたくさん見せてね♥(父：将司 母：瑞枝)

●4歳未満の掲載アイドル募集中！お申し込みは、秘書広報課まで。

## Kogastagram



古河市 citykoga-official



ID:hareruya104 DATE:2017.8.14 #夢あんどん #浴衣 #歴史博物館  
古河市の公式インスタグラムに掲載された写真から、ベストショットを毎月1枚選出し掲載します。「#こが暮らし」「#こが育ち」のハッシュタグを付けて、ぜひ投稿してください。

※投稿にはスマートフォン等に専用アプリのインストールが必要。  
※古河市プロモーションサイトもぜひご覧ください。



## 子育てアドバイス

### 初めての集団生活と感染症予防



「今まで病気なんてしたことがなかったのに、保育園に入園したとたん頻繁に風邪をひいたり熱が出たりするようになった」と思っている保護者も多いと思います。保育園は集団生活なので、どうしても感染症がはやる時期があります。これからの季節、特に注意したいのが、インフルエンザ感染症、感染性胃腸炎、ノロウイルス、ロタウイルス、RSウイルスです。

感染経路は飛沫感染、空気感染、接触感染、経口感染とさまざまですが、呼吸器の感染症でも手や指を介した接触感染が少なくありません。手やドアノブ、便座などを通して病原菌が付き、感染することがあります。それを防ぐためには、せっけんを使ってしっかりと流水で手洗いすることが第一です。

「泡でその多くが流れる」と言われています。そして重要なのが洗い方です。まず、流水で大きな汚れを洗い流してから、せっけんの泡を使い、手の平から洗い、甲、指先と爪、そして指の間、親指、手首と洗います。2回洗いも効果的です。お子さんと一緒にぜひ実践してみてくださいね。

その他の予防策としては、バランスのとれた食事をしたり規則正しい生活をする 것도 予防につながります。室内の湿度や温度管理も大切な予防対策です。

もし感染症にかかってしまったら、仕事と育児の両立はとても大変だと思いますが、パパ・ママの愛情という「心の栄養」と、「安心できる環境」でゆっくり休養をさせてあげてくださいね。

古河すくすく保育園

●市内幼稚園・保育園等が交替でこのコーナーを担当しています。

平成29年10月1日発行

●発行所／〒306-0291 茨城県古河市下大野2248 古河市役所  
●編集／秘書広報課 ●ホームページ／<http://www.city.kogakogae.jp/>

☎0280(92)3111