

11月の保健だより

たかさご保育園

朝・夕はめっきりと涼しくなり、つい厚着になりがちです。しかし、寒暖の差が激しいこの時期こそ薄着の習慣をつけて、冬の風邪に負けない丈夫な体をつくりましょう。

園では、10月中旬から、伝染性紅斑(りんご病)が数名発生していますが、症状は、軽く済んでいるようです。10月は、病欠する子も少なく、子どもたちは、元気に過ごせました。

地域的には、感染性胃腸炎(嘔吐・下痢)が発生している様なので気をつけましょう。

保健行事

歯科健診 11月5日(火曜日) 9時30分より嘱託医の桜井先生による

0才児健診 11月12日(火曜日) 14時30分より嘱託医の吉崎先生による

※今月より、0才児健診は、月に1回となります。身長・体重測定もしています。

※両日とも地域の方もぜひお子さんと一緒にお越し下さい。

カラーテスター 4・5才児対象となります。歯科健診後に予定しています。

歯の表彰について

保育園における歯科検診の目的は、早期発見、早期治療です。園においては、子どもの心身の健康を守ることと、幼児(4才児)からは、自分で守ろうと思う意識をもってもらうために下記の『歯の表彰』を行っています。



- ♥ 『むしばがなかったでしょう』…虫歯がなかった子
 - ♥ 『むしばをなおしたでしょう』…検診の結果、虫歯の疑いまたは、虫歯がある場合に歯科通院して、その結果を園に提出した場合。(配布した用紙に歯科医の検印をもらって下さい!)
 - ♥ メダル…カラーテスターを行い、上手にみがけていた子、普段から頑張っている子
- ※いずれも4・5才児対象です。3才児に関しては、前期は、歯みがきのスタート期のため後期になってから表彰の対象となります。

冬に向けての体づくり

保育園では

- ★ 体調を見ながら、薄着にしています。カゼのひきはじめや発熱の後は汗をかかない程度に調節しています。
- ★ 天気がいいと園庭で遊んだり、散歩に出かけたりしています。
- ★ 汚れた手足は、流水で洗います。汗や汚れを拭いて着替えます。
- ★ 雨の日は、室内中心になる為、リズムあそびを必ず、取り入れています。
- ★ 保育の中でも体を動かす活動(ごっこあそびやかけっこなど)を取り入れています。子どもが着脱しやすい衣服にしましょう。



家庭では

- ★ 朝起きたら窓を開け、水で顔を洗ったり拭いたりする事で、自律神経を刺激し、暑さや寒さに対応できる調節機能を高め、丈夫な体になります。新鮮でヒヤッとさせる空気、冷たい水の感触は、今だから気持ちよく感じられ、寒さに徐々に慣れてきます。
- ★ 元気なときは、大人より一枚少ない衣服にします。そうすることにより薄着に慣れてきます。子どもは新陳代謝が盛んで、よく動きますので充分あったかいのです。朝夕の温度差があるこの時期は、ベストで調節すると便利です。
- ★ 朝食を食べられるように心がけましょう。