

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11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18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!)
 - ♥ にんていしょ(今年度より、メダルに変わって対象クラスの全員に発行しています)
- ※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。

予防接種で免疫をつくる

集団生活をおくる保育園は、同年齢の集団であるため、子どもがかかりやすい病気が発生すると、あっという間にひろがってしまいます。症状が軽い病気は、上手に乗り越えさせて免疫を獲得させていきますが、重い合併症をおこす病気は予防接種で免疫を得ることで、個人としても集団としても予防が可能になります。



予防接種についてのお願い

- ・ 予防接種後は、副反応(接種部位のひどい腫れ、高熱、ひきつけなど)を考慮し、登園する前に病院に寄り、接種してくることは、控えていただくようお願い致します。降園後の接種(週末であるとゆっくりと休めるので、なお良い)をお願い致します。
 - ・ 予防接種を受けたら園にもお知らせください。(連絡帳や連絡ノートへの記入でも構いません)
 - ・ やむを得ず登園させる場合は、全身状態に変化か副反応が起きていないか、接種後30分~1時間ほどは観察してから登園するようにしてください。
 - ・ 接種した日は、普段どおりの生活でかまいません。(お風呂も可)が、はげしい運動は避けましょう(厚労省 予防接種ガイドライン 一般的注意事項 を参考にしています。)
- 尚、予防接種の件でご相談がありましたら、看護師まで、お声をかけて下さい。

☆ 予防接種は計画的に体調の良い時に受けましょう

運動遊びと切り離せない『ケガ』について考える

幼児期の子どもにとって、運動遊びは成長に欠かせない大切なものです。それは健康な体の発達はもちろん、豊かな心を育むためのものでもあります。走る、跳ぶ、投げるといったさまざまな動きを身につけ、運動能力を高めるのに適した時期は幼児期からとされています。特に、幼児期に多様な動きをくり返し経験しているかどうかは、その後の体の発達に重要な影響を与えます。幼児期の子どもがさまざまな動きを身につけていくのは、日々の遊びを通してです。遊びを通してこそ、さまざまな動きを身につけ、運動能力をたかめることができます。子どもたちはたくさん活動して小さなケガをいろいろと経験することで、大きなケガを防ぐ力、身のこなしを身につけています。痛い経験をするから、「痛くないようにするには今度はどうすればいいのか」を考えるのです。

また、爪をきちんと切って相手にケガをさせないようにする、髪の毛も視野をじゃましないように整える、そして、睡眠をたっぷりとることも大切なことです。

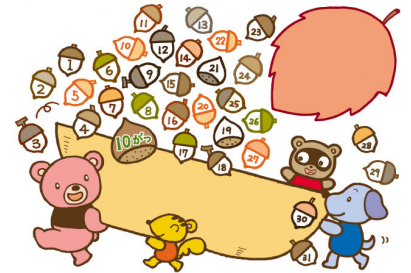
園での「ケガ」については、その都度、連絡させて頂いていますが、園で気づかなかった分についても、小さなことでも家庭から園にご連絡して頂けますようお願い致します。

園では、ケガを防止するために、園内の安全点検やケガが起こりやすい状況に関して職員間で情報共有を行い、保育にあたっています。

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。子どもが活動しやすく、体に合った大きさや、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。新鮮でヒヤッとする空気、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。