

ほけんたより 5月

新緑があざやかになり、お出掛けにもいい季節となっていました。少しづつ緩和されてきていますが、まだコロナウイルスの影響で行動範囲が限られることが多いと思います。ストレスを溜めないよう、生活習慣を整えて、体調管理に気を付けましょう！また、子ども達は新しい環境になって1カ月となります。少しづつ新しい生活に慣れつつあります、それとともに疲れも出てくる時期もあります。ゴールデンウイークを利用し休息そしてリフレッシュしてくださいね。

また、5月は夏日スタートの予想。体が暑さに慣れていないので注意が必要です。こまめに水分補給をしましょう！しかし、まだまだ朝夕の寒暖差があるので園用の着替えは気温に合わせられるよう、衣服の準備は多めにお願いいたします。

検尿のお知らせ

検尿検査を行います。
5月11日(木)、12日(金)どちらか
の9時までに提出してください。

※忘れずに提出してください。

※検査キットは5月10日(水)にお渡しします。

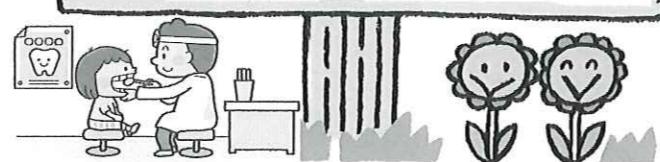
※尿が採れない小さなお子様は無理に採らなくても良いです。



歯科検診のお知らせ

6月1日(木)歯科検診を行います。

歯科健診では次の項目を調べます。
○歯並び・かみ合わせ・あごの関節に異常はないか
○虫歯はないか
○歯垢が付いてないか
○歯肉が腫れていないかなど



健診の日は、朝食後、丁寧に歯みがきをしてきましょう。

※歯科検診の検査結果はキリンノートに記載します。検査後には必ず確認と保護者のサインをして提出してください。検査後、必要に応じて医療機関への受診を勧めています。その場合は早めに受診していただくようお願いします

食中毒にご注意ください！

お弁当や作り置きのおかず。まだ涼しいからいいかな～と油断して常温保管していませんか？冷蔵庫や保冷剤を上手に活用し、食中毒から身を守りましょう。

水筒の『カビ』にもご注意ください。パッキンや飲み口は綺麗ですか？

食中毒は、細菌やウイルスが付着した物を口にすることが原因で、湿度が高くなる季節に多く発症します。吐き気や下痢をもよおし、熱が出ることもあります。血便やひどい腹痛があり、嘔吐を繰り返す場合は、すぐに病院で受診をしてください。



※食事の前やトイレの後は、石けんでしっかりと手を洗う習慣を付けましょう。



※食材の買い置きは控え、新鮮なうちに調理し、なるべく早く食べましょう。



※生で食べる野菜や果物はよくかんで食べると消化が活発になります。体内の菌の数を減らすことにつながります。



※よくかんで食べると消化が活発になります。体内の菌の数を減らすことにつながります。



※食器はしっかりと洗い、清潔な布巾で拭きましょう。園にコップを持参する幼稚組さんはお家でコップを洗ってきてくださいね。



※屋外で活発に遊ぶことで、夏バテしない体をつくり、免疫力を高めましょう。

朝起きてから登園まで

朝起きてから登園までは、慌ただしい時間帯です。その間のやるべきことや時間の流れを、絵や文字で表すと、子どもが自分で考えて行動しやすくなります。例えば「①6時に起きる ②顔を洗う ③着替える ④朝ご飯を食べる ⑤歯をみがく ⑥登園する」といった順序の絵を壁に貼り、一つ終えるごとに「次は何をするのかな？」と一緒に考えます。一人で表を見て行動できるようになるまで、声をかけながら見守りましょう。

朝、子どもの様子に「あれ？いつもと違う？」と感じたら、連絡帳へ状況を書いてください。例えば、寝起きがいつもより悪い、食欲がない、いつもよりトイレが長い、機嫌が悪い、元気がない…といった様子があれば、体温を測って記録しておくと、園でも気を付けて様子を見ることができます。



虫刺され予防・対応

虫刺されは、かきこわしてしまってとびひになることがあります。早めのケアと予防を心がけましょう。

○予防・対応○
園では園医と相談の上、対応策として虫除けスプレー・サラテクト、虫刺され箇所には、園児の常備薬使用確認表をもとに、ムヒS・ムヒパッチを使用しています。

虫刺されが悪化しやすいお子様は事前に虫除け対策をしていただきましょう、お願いします。

刺されてしまったら…
患部を洗って冷やす
薬を塗る
かきむしらないよう工夫する



気になる虫刺され

乳児が蚊に刺されると、大人より反応が遅く、1~2日後に症状が出ることがあります。時間が経つにつれ、赤く腫れたり、水ぼうができるたりし、腫れる場合も大人よりも大きく腫れあがります。これは、虫刺されの経験が少ないために起こる激しい炎症反応です。刺された直後に洗って冷やす、薬を塗ってもよくならない時は病院で診てもらいましょう。また手足の指先はなめてしまう危険性もあるため、薬はつけないようにしてください。



発熱

何度かお知らせさせていただいているが、引き続き毎朝の検温をお願いします。その際、37.5度以上の発熱があれば、解熱してから24時間は園を欠席し、お家で様子をみてください。子どもは、発熱・解熱を繰り返す事が多く、一時的な解熱の場合もあります。解熱してから24時間経過せずに登園することによって病気が悪化し、体調不良が長引く可能性があります。解熱剤の服用や座薬を使用し解熱した場合は、まだ平熱状態ではありませんのでご注意ください。また、ごきょうだいどちらかが病気でお休みされている場合は、ごきょうだいで登園を控えていただきますようよろしくお願いします。

※37.5度以下の体温で咳症状など比較的に軽い風邪症状である場合でも、ぐったりしている・いつもと機嫌が違う・食欲がなく食べ物・飲み物を口にしないなどの様子がみられたら、園から保護者の方へ声を掛けさせていただき、受診をお願いする場合があります。

※感染症の種類によっては、登園届が必要です。園のしおり(様式10)に保護者記入で構いません。記入し職員へ渡していただくようお願いします。また、登園届が必要な感染症に感染された場合は、必ず園に電話を入れてください。発生状況については、園の掲示板に掲示します。ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。