



# ほけんだより

平成25年度  
8・9月合併号  
明照保育園



## 【子どもの健康状態】



明照保育園でも7月から流行しはじめた手足口病ですが、全身に発疹が出たり高熱が出たりと、例年よりもひどい症状の子どもも見られました。8月中旬にはおさまり始め、現在、数名の報告となっています。

その他の主な欠席理由としては、夏かぜや嘔吐、中耳炎など、そして感染症はプール熱の報告がありました。現在は、発熱での欠席が見られますので、体調の変化に注意してあげてください。

## 発熱の応急処置

発熱時の応急処置

### ① 熱を測る



熱があるときは、正しく熱を測り、服を着せて体を温める。

熱の上がり始めは体を温めて、熱が上がりきったら冷やすのが基本です。様子を見ながら水分補給も忘れずに。

### ② 下着を替える



熱が上がるにつれて汗をかくので、下着をこまめに取り替える。

### ③ こまめに水分補給



飲めるようなら、さゆや子ども用イオン飲料で水分補給を。

発熱時の応急処置

### ① 1枚脱がして涼しく



体や顔がほてってきたら、布団や服を1枚少なくする。

### ② 体を冷やす



水でぬらしたタオルを、わきの下や足の付け根に当てる。

### ③ こまめに水分補給



熱が下がった後も、こまめに水分補給をする。

## 【歯科健診があります】



歯科健診の日も、いつものように朝の歯みがきをしっかりと、先生に失礼のないようにしましょうね(^\_^) この機会に、嘱託医の山本先生（山本歯科）に何か質問などありましたら、担任までどうぞ。尚、すべての質問に答えられない場合もありますが御了承ください。

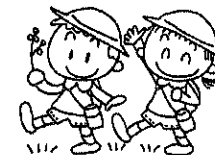
## 【尿検査があります】

- ★一次検査・・・9/19(木)配布 → 9/20(金)回収
- ★二次検査・・・10/3(木)配布 → 10/4(金)回収

二次検査は、一次検査で未提出だった子と、再検査が必要な子のみ個別にお知らせします。

## 【足に合った靴を履いていますか？】

運動会、散歩、園外保育など、動くことの多いこの時期、今履いている靴は子どもの足に合っていますか？ きつい、ブカブカ、まめができたということはありませんか？



子どもが大人と同じような歩行動作ができるようになるのに、10年近くかかるといわれています。足の骨が形成される時期に、足に合わない靴を履かせると、発達を阻害し、変形したり扁平足になったりします。値段やデザインで選びがちですが、子どもの足に合った靴選びをしましょう。

## ☆☆☆ 靴を選ぶ時のポイント ☆☆☆

- ・ 布製で通気性のよいもの。
  - ・ 靴底に弾力があり、足指の付け根あたりで靴底が曲がりやすいもの。
  - ・ つま先が広く、ある程度の高さがあり、靴の中で指が動かせるもの。
  - ・ 歩く時にけりだしやすいようにつま先部分が適度に上向きにカーブしているもの。
  - ・ 調節ベルトなどで固定でき、かかどが固めでしっかりしているもの。
- ★ 子どもの足は1年間に約1cmも伸びると言われています。半年に一度はサイズを確認しましょう。

園では夏の間、サンダルやぞうりを外あそびで使用してきましたが、プールあそびを終える頃に合わせて秋の運動会に向けて戸外で走り回る機会が増えてきますので、運動靴の使用に戻していきたいと思えます。ただ、日中はまだ暑い時期が続きますので、運動する時と、それ以外で履き分けられるよう、下記のようにしたいと思えますので、ご協力よろしくお願いたします。



- ① 園での体育活動（かけっこや運動あそび）は基本的には運動靴で行います。
- ② 戸外での体育あそびと体育教室は運動靴で行います。
- ③ サンダル等で登降園する場合、運動ぐつを園の靴箱に置いたままでもいいです。

## 【おわりに】

朝夕が涼しい日や、蒸し暑い日が不規則に続いています。水不足で子ども達はプール遊びが恋しそうですが、そろそろ夏の疲れが出てくる時期でもあります。体力や抵抗力を落とさないように、手洗い・うがいを行い、休みの日にはしっかり休息し、朝ごはんをしっかり食べて、規則正しい生活習慣を心がけましょうね。秋にも楽しい行事がたくさん待っていますよ！

豊橋の「ほいっぷ」保健・医療・福祉総合施設内の“こども発達センター”について紹介します。

子育ての不安や悩み  
をひとりで抱え込んで  
いませんか？

適切な対応はひとつとは限りません。  
相談機関を利用して解決への手がかりを見つける  
ことで気持ちを少し楽にしてみませんか？

#### こども発達センター（ほいっぷ内）

子どもの育ちを支えるためにできることを保護者の方とともに考え、組み立てていく、相談と支援のための場所です。隣接して整備された保健所・保健センターとも連携しながら、専門スタッフを配置し、相談、医療、通園事業などの各種サービスを提供します。

##### ▼ 相談 ▼

子どもさんの発達が心配であったり、子育てに不安があるなどの悩みについての相談を受けたり、保育園・幼稚園・学校などからの相談も受け付けます。また、他施設と連携しながら巡回相談や施設支援なども行います。保健師、保育士、臨床心理士など、障害や子育てに関する専門的な知識を持つ相談員等を配置し、センターを利用する際の最初の窓口となります。

豊橋市中野町字中原 100 番地 電話 0532-39-9200 FAX 0532-47-0911

開館日 火～土曜日（祝・休日、年末年始を除く）8:30～17:15

センターの利用方法 \* 電話相談 8:30-17:15

\* 面接相談 9:00-17:00（原則、予約制です）

##### ▼ 通園事業（つつじ教室）▼

未就園児または保育所に入所している3才までの発達が心配な子どもさんに、親子で通っていただき、集団生活の中での楽しい経験を通して成長・発達を促すとともに、保護者への育児支援も行います。

週2回 9:30～11:30（親子通園 定員制）

※時間や定員は変更になる場合があります。

※ もちろん、明照保育園でも子育てや発達の悩み相談に応じています。少しでも気になることや不安に思うことがあれば、担任や園長・主任までお気軽にどうぞ！

※ “こども発達センター”のチラシも数冊用意していますので、必要な方は担任に申し出て下さい。