



# ほけんだより

令和元年7月号  
明照保育園



6月の欠席状況は、乳児・幼児組で高い熱が出てお休みする子が見られました。また嘔吐や下痢が続いている子もみられます。下痢や嘔吐が続く場合や食事が十分とれないときは、無理をせずゆっくり体を休ませるようにしましょう。蒸し暑い日が続くこれから本格的に暑さが厳しくなる季節です。暑くなりはじめの時期は、身体が暑さに慣れていない為、体調を崩しやすくなります。いつも以上に、生活リズムや食事の内容に気を配りましょう。

人は汗をかくことで体温調節をしています。体内の水分が不足すると、汗が出せず体温が上がってしまいます。特に子どもは脱水症状を起こしやすいので注意が必要です。こまめに水分補給をするようにしましょう。

## ..... 皮膚のトラブルに注意 .....

子どもの肌は、とてもデリケート。特に汗をかく夏場は、様々なトラブルが起きやすい時期です。皮膚のトラブルを悪化させないためにも、毎日のケアを大切に行っていきましょう。



汗をかいたらこまめにシャワーを浴びましょう。できないときは、よく絞ったタオルで軽くふきます。



お風呂上りは、綿のタオルでしっかり拭きましょう。あせもなどができているときは、上から優しく押さえて水気をとります。



皮膚の乾燥が気になるときは、夏場でも保湿しましょう。お風呂上がりの清潔な状態で、保湿クリームを薄くのぼすようにつけましょう。

## ★★虫よけ対策★★

子どもは皮膚の抵抗力が弱いので、虫刺されが原因で、とびひなどの皮膚のトラブルが起きてしまうことがあります。網戸に虫よけスプレーをしたり、虫の嫌う香りの植物（ローズマリーなど）を置いたり、虫よけパッチやリストバンドなど、家庭でも簡単にできる虫よけ対策を行きましょう。また、外出前に虫よけスプレーなどを行うのも効果的です。



## ☆虫刺されから「とびひ」になってしまう子も多くみられます☆

虫さされ、すり傷、あせもなどを手で触ったりかいたりすると、皮膚の表面に複数の細菌が付着して菌が繁殖し、皮膚がただれたり、水ぶくれになったり、かさぶたになったりします。中でも黄色ブドウ球菌は、高温多湿を好むため、夏になると流行します。



患部を触った手で体の他の場所に触れると、感染が更に広がります。ガーゼなどで覆って、患部に直接触れないようにしましょう。状態がひどい場合は、医療機関に相談しましょう。

家庭でもタオルの共有は控えましょう。虫刺されやすり傷は放置せず清潔にし、とびひにならないように注意が必要です。汗をかいたらこまめに着替え、爪は短く切り、毎日シャワーを浴びて体を清潔にすることが一番の予防法となります。

## 【歯科健診での結果】

★虫歯にかかったことのない子を調べてみました（6/20 調べ）★

つき組	49人中23人（約47%）
はな組	51人中31人（約61%）
ほし組	49人中40人（約82%）

ゆき組	49人中49人
そら組	37人中37人
あか組	6人中6人



ほし組くらいから虫歯にかかる子が出はじめ、つき組では約半数の子が虫歯にかかったことがあることがわかりました。小さいころから仕上げ磨きを習慣にするようにし、これからも虫歯を作らないよう注意しましょう。定期的に歯医者さんで見てもらうのもいいですね。虫歯等がある場合は、早めに受診をお願いします。

1回目、2回目の歯科健診の日に欠席した子は後日、健診にてかける予定です。

## カウンセラーだより～“遊び”も発達する？～

保育園にいと、いつも楽しそうに遊ぶ子どもたちの様子を見ることが出来ます。子どもたちの遊びを見てみると、こっちまでワクワクしたり、ドキドキしてしまうこともありますよね。でも、もっとよく遊びを見てみると、“遊び”の中にもいろいろな種類があることが見えてきます。

“遊び”の研究から、身体や言葉の発達と同じように、子どもの“遊び”にもいくつかの発達段階があることが分かってきました。

- ①単純遊び：おもちゃをぶつける、落とす、並べるといった単純な遊び（生後半年ごろから見られ始める）
- ②組み合わせ遊び：パズルをはめる、箱に入れる、おもちゃのイスとテーブルといったセットのものを並べるといった物と物を組み合わせる遊び（1歳前後から見られる遊び）
- ③前象徴遊び：おもちゃを食べるふり、人形に食べさせるふりといった簡単なふり遊び（2歳前後ごろから見られ始める）
- ④象徴遊び：粘土をおやつとして見立てて遊ぶ、空っぽのコップにジュースがあるように見立てて飲むふりをする、おままごと、ヒーローごっこといったごっこ遊び（3歳前後ごろから見られ始める）

このような遊びの発達は、一度次のステップに成長したらもう前の遊びをしなくなるというのではなく、いろいろな段階の遊びを行ったり来たりしながら、成長とともに“遊びの幅”が広がっていくというイメージのものです。

このような発達の中で、子どもは“遊び”を通して社会性を学び、言葉を獲得し、問題解決能力を身につけ、想像性を築いていきます。大人から見たら「何やってんだらう？」と感じるような遊びでも、子どもにとってはひとつひとつにすてきな意味があるのかもしれないね(^\_^)

## 【おわりに】

プール遊びが始まり子どもたちの楽しそうな声が響き渡っています。水に触れることで皮膚を丈夫にし、心肺機能も高めます。また、体を動かすことで気持ちも開放的になりますね。プール遊びを通して、心も体も鍛えていきましょう。