



# ほけんだより

令和6年5月号

明照保育園



新年度を迎えはや一ヶ月が過ぎましたね。初めは緊張気味だった子ども達も少しずつ慣れ、たくさんのお友達と元気に遊ぶ姿も見られるようになってきました。

新しい生活にも慣れてきたところですが、大型連休もあり体の疲れも出てくる時期です。体調の変化、注意してみていきましょう。

## 【園医さんのご紹介】

今年1年間、健康診断をはじめとした健康管理に関し、ご指導とご協力をいただく先生です。

<内科>	市川先生	(市川医院)
<歯科>	山本先生	(山本歯科)



## 【内科健診について】

毎日の園生活が元気で健康に過ごせるように、心身の発育や成長などを園医の市川先生に診ていただきます。

### ◆ 内科健診

日時：5月15日(水) はな組・ゆき組  
そら組

日時：5月22日(水) つき組・ほし組  
あか組



★園医の先生に相談したい事がある場合は、事前に担任までお知らせください。

## 【早起き・早寝・朝ごはんは元気！・・・生活リズムを整える】

こどもたちは10～12時間程度の睡眠が必要な年齢です。ご家族みんなで「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけましょう。規則正しい睡眠、そして快便。朝食と歯磨きの時間もゆったり取るといいですね。保育園の「早起きカレンダー」も活用して、生活リズムを身につけましょう。

## 【体調不良・・・早期対応で悪化を防ぎましょう】

せき・鼻水・・・長引かせてしまうと、中耳炎になったり、気管支炎・肺炎などの病気になることがあります。早めにかかりつけ医に診ていただきましょう。

## ☆爪はきれいかな？

子どもたちは様々なものに触れるため、爪(つめ)の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。汚れがたまると炎症を起こし、爪の病気になってしまうので、手洗いで落としきれない汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう

また、爪が長いとどこかにひっかけてしまったり、お友達を傷つけてしまうことにもなりかねません。おうちで定期的に切ってくださいようお願いします。



## ★爪ケアのポイント

爪の手入れの目安は1週間に1度程度です。お風呂上りの爪が柔らかいときが切りやすいのですが、切りすぎるとばい菌が入ることもあるので深爪にならないよう、十分に気を付けましょう

## カウンセラーだより ～子どもと大人のちがい？～

こんにちは！突然ですが、子どもと大人の「違い」って何でしょう。体の大きさ？知識の量？ことばの数？実は17・18世紀以前の西洋社会において、子どもは「小さな大人」ともいふべき存在でした。たとえば、当時の家族の肖像画を見ると、着ているものもいわゆる子ども服ではなく、大人の服を小さくしたにすぎないものを着ています。体の成長した7歳ごろからは大人とみなされ、大人と同じ指導を受け、大人と同じ作業や仕事を任されていたようです。しかし、フランスの思想家ルソーが「子どもは小さなおとなではない」と主張たことをきっかけに、子どもの世界が尊重されるようになりました。ルソーは、子どもが自ら経験し刺激を受け、そこから得た教訓が子どもを人間的に成長させるという考えを主張しました。子どもの自発性を重要視し、子どもの成長過程に合わせた教育をすべきだというルソーの主張は、現代の幼児教育・保育の基礎となっています。

大人にとっては理解しがたく、不思議に思えるような子どもの行動にも、子どもの世界ではとても素敵な意味があるのかもしれないね(^ ^) (中島たかひろ)

## 【おわりに】

晴れた日には、日中は、気温が上がり戸外あそびでは汗がにじむくらいの気候になってきました。こまめな衣類の調節が出来るように、お着替え・お昼寝用のお布団の掛物の見直しを行いましょう。