



# ほけんだより

令和2年6月号  
明照保育園



## 【はじめに】

長かった自粛期間がおわり、やっとみんなと会えますね。みんなと一緒にどんなことをしようかなと、先生たちもワクワクしていますよ。保育園のリズムに慣れるまでに時間がかかる子もいるかもしれません。ゆっくり慣れていきましょう。



## 【登園前の体調チェック】

保育園で元気いっぱい過ごせるように、登園前は以下のポイントでチェックを行ってみましょう。

- 熱はありませんか？
- 顔色はよいですか？
- 鼻水や咳は出ていませんか？
- 湿疹、発疹はないですか？
- 食欲はありますか？
- うんちは出ましたか？
- 機嫌はよいですか？
- 「痛い」「疲れた」などの訴えはありませんか？

いつもと何か違うと感じたときは体調が崩れるサインかもしれません。どんな小さなことでも担任にお知らせくださいな、

## 【歯科健診について】

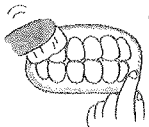
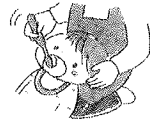
毎年6月におこなっていましたが、今年度は現在のところ未定です。日にちが決まり次第お知らせします。毎日の歯磨きをしっかり行おこなっていきましょう。



- ★ 年長児になっても、毎日の仕上げみがきは大人がしっかりと！  
毎年、年中児頃から急に虫歯の数が増える傾向にあります。  
“子どもが自主的に”という年齢でもありますが、歯磨きについては大人による“仕上げみがき”が重要です。幼児期の虫歯は大人の責任だそうですよ。
- ★ 2才までは極力甘い物を控える。(おやつを選びましょう)  
長い時間口の中に残るチョコや飴などは、歯のためには良くありません。
- ★ フッ素塗布の効果は4～5ヶ月です。年長児のフッ素洗口も始めています。遅くとも半年に一度フッ素塗布をすることで虫歯予防効果が持続できます。

## ☆仕上げみがきの仕方

① 大人の膝に子どもの頭を仰向けで乗せ、歯ブラシを鉛筆持ちで握る



② 歯と歯茎の間や歯の裏側、奥歯など、子どもが磨きにくいところをみがきましょう。  
上唇小帯（上唇と歯茎をつなぐ筋）に歯ブラシが当たると痛みを感じ、仕上げみがきを嫌がることもあるので当たらないようにみがいてあげましょう。

※歯の生え始めの頃はガーゼで軽くふいたり、口の大きさにあった歯ブラシで歯の裏表を軽くみがきましょう。

## 【プールあそびをするために】

子ども達の大好きなプールあそびを(6月24日)から予定しています。楽しく安全に遊べるよう、ご家庭で以下のことをお願いします。



- ① 朝ごはんをしっかりたべる
- ② 十分な睡眠をとる
- ③ 足・指つめは短く切る
- ④ (耳鼻科などで)耳垢をそうじする
- ⑤ 体調をチェック

- とびひ ●目の充血 ●おなかをこわしている ●鼻水がでる
- 顔色が悪い、または、だるそうにしている ●感染症にかかっている
- 病気や大きなケガがある(発熱、目・耳・鼻の病気、伝染病、心臓が弱い、など)

以上のような症状が見られる時は、水あそびを見合わせた方がよい場合もありますので、プールに入ってもよいかを かかりつけ医に相談し、かならず担任にお知らせください。

## カウンセラーだより ～コロナごっこはやめた方がいい？～

こんにちは！ 6月に入り少しずつですがこれまでの生活が取り戻されつつあるような感じがしてきましたね。まだまだ油断はできませんが、ようやく始まろうとする新学期にワクワクやドキドキしている方も多いと思います。この間あるところで保護者の方に「子どもが“コロナごっこ”をして困っています。やめさせた方がいいのでしょうか？」という相談を受けました。どうやら遊びで“コロナ”をテーマにした遊びがよく出ているようです。そのような子どもの様子はたしかに大人からしたら心配になってしまいますよね。しかし、あくまで周りの人を攻撃したりするものでないという前提の上で、カウンセラーという立場からするとコロナごっこは無理に止める必要があるものではないと考えます。子どもは大人と比べて自分の気持ちや体験を言葉で表現することが難しいです。その代わりに、子どもはことばで表現できない気持ちなどを、いろいろな形で表現しようとしています。そのひとつが“あそび”です。東日本大震災を経験した子どもたちの中にも、避難所で“地震ごっこ”や“津波ごっこ”をする子がよく見られました。子どもたちなりに、自分が体験している不安などを、“あそび”を通して整理し、理解しようとしているのかもしれませんが、そのため、そのような遊びを無理に止める必要はなく、そっと見守ってあげたり、一緒に遊んであげてもいいかもしれませんね。もちろん、生活の中でこれまで見られなかった心配な行動などが増えてきたときには、いつでも相談して下さいな。一緒に子どものことについて考えましょう(´o`) 保育カウンセラー・中島たかひろ

## 【おわりに】

新型コロナウイルスにより、4月の中旬からクラスのみなどで生活することができず、当たり前前の生活ができることの大切さを改めて感じました。保育園では3蜜を避けることが難しい場面が多くありますが、換気・手洗い・消毒などこまめにおこなっていくようにします。生活リズムを整え、子どもたちが保育園で思い切り活動できるようにサポートしていきましょう。