



ほけんだより

令和3年5月号
明照保育園



4月は新しい環境で心も体も頑張っていました。気温の変化も大きく、疲れも出てくる時期です。体調を崩しやすくなるので、体調の変化に気を付けて見ていきましょう。

現在も、愛知県にまん延防止等重点措置が適用されています。感染の拡大次第では今後の状況も変わってくると思います。感染しない・させない意識を持ち、これまで同様手洗い・消毒等を心がけましょう。

【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19日(水)
はな組・ゆき組・そら組

日時：5月26日(水)
つき組・ほし組・あか組

おうちでお願いしたいこと

- ☆前日はお風呂に入って体を清潔にし、当日の朝は歯みがきをしっかりとしましょう。
- ☆普段の保育でもお願いしていますが、着脱のしやすい服装でお願いします。脱いだ衣服が迷子にならないよう、衣服への記名をお願いします。
- ☆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。



毎朝の元気チェック

小さな子どもたちは、身体の異常を自分で伝えることができません。朝、子どもたちが起きたらだっこをしたり着替えをしたりしながら、体調や機嫌のチェックをしましょう。熱や嘔吐・下痢、湿しん・発しんはないですか？ 鼻水やせきは出ていませんか？ 顔色・機嫌は？ 食欲はありますか？ 小さな子ほど症状が悪化しやすいものです。毎朝触れ合いながら「見て」「触って」確認をお願いします。休むほどではないけれど、どこか調子が悪いときは必ず担任にお知らせください。園でもいねいに様子を見ていきます。

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、爪の病気になるので、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 ～スマホ育児についての研究あれこれ～

こんにちは！ スマホ育児について色々話題ですが、少し前に出た研究をもとに、現在わかっているところを簡単にまとめたものを紹介します。①スマートフォンやタブレット端末が子どもの発達環境の一部を形成していて、これらをなくすのは現実的ではない、②極端な長時間使用は悪影響、が前提です。

以下は個人のスマホを持たない乳幼児に限定した話です。まず、2才以下の乳幼児でもテレビ電話で祖父母とコミュニケーションできる子は、日常的に他者と注意を共有することも得意(因果関係はわかりません)。また、テレビ同様にただ単純に動画視聴(特にファンタジーもの)をすると、その後の注意のコントロールがうまく行かなくなりますが、相互やりとりを含むコンテンツ視聴後は注意のコントロールに影響はない。動画視聴は受動的であるためだと思われます。こういって動画視聴が悪いことのように聞こえますが、影響自体はテレビ視聴とあまり変わりません。スマートフォンの場合、いつでもどこでも見せられる点が違うので、テレビと同様に、必要なときに必要なものだけ見せて、長時間視聴は控えるというのが大事だと思われます。親も長時間使用は控えたほうがよさそうです(耳が痛いですが)。スマホを使っていて他の人とコミュニケーションしないことをTechnoferenceというそうですが、特に母親が極めてTechnoference傾向だと、子どもの問題行動が増えるそうです。もちろん母親が悪いのではなく、育児を担う時間が母親のほうが長いからです。長時間使用の悪影響は、やはり視力(両眼視)、睡眠、コミュニケーション欠如等々になると思います。

まとめると、当たり前の結論になりますが、

- ① 長時間使用は色々悪影響
- ② テレビ電話や相互やりとりコンテンツはポジティブかもしれない
- ③ 動画視聴はテレビと同じような影響がある
- ④ でも研究は少ないので、今後これらの考えは変わりうる (保育カウンセラー・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。幼児さんは、園服の下は基本的に夏服でも良いと思います。園でも園服の脱ぎ着で調節するよう指導しているのでよろしくお願いします。