



ほけんだより

20年度11月号
明照保育園



【子どもの健康状態】

10月中の欠席状況は、発熱が(27人)、咳(5人)、喘息(2人)と呼吸器系のお休みが目立ちました。他に、腹痛下痢(4人)、結膜炎(1人)、急性中耳炎(2人)でした。

今後は、腹痛・嘔吐・下痢を主症状とした胃腸風邪の子が増える事が予想されます。お家でいつもと様子が違ったら登園時にお知らせ下さい。予防はやはり早起き・早寝・朝ごはん、うがい・手洗いにつきます。園でもうがい・手洗いを行っています。ご家庭でもぜひ徹底して下さい。

【内科健診がありました】

囁託医の市川先生により、10/8(水)に月組・星組、10/15(水)に花組・雪組・赤組の内科健診がありました。健康状態はおおむね良好でしたが、時期的なものもあり、咳こむ子が多く気管支炎への注意が必要とのことです。結果についてはおたより帳を見て下さい。また、年長児さんについて「麻疹・風疹の予防接種を新入学まえに済ませましょう」とのアドバイスがありました。



【うわぐつの使用について】***月・花・星組対象

夏の間、園児たちは、はだし保育を行ってきました。はだしになることはいろいろな利点があり、たとえば足の裏のたくさんの神経への刺激、平衡感覚、脳神経への刺激等々、特に乳幼児期の心身への発達には、はかりしれないものがあるようです。

ただ、気温も下がり素足であることへの抵抗を感じる季節を迎えるにあたり、11月17日(月)より室内でうわぐつを使用しても良いことにしたいと思います。子どもさんの状況に合わせてご用意下さい。

月・花・星組さんは、前に使っていたうわぐつの記名とサイズを確認して下さい。
★園で取り扱っている“あしゆび健康シューズ”の注文は、発注の関係上なるべくお早めに。(サイズ見本を、星組テラスに出します) ※注文11/11(火)朝まで

【乾布摩擦の実施について】***月・花組対象

例年の通り、少しずつ体力を付けていくように、乾布摩擦と駆け足を下記のように実施いたしますので、よろしくお願ひします。

実施予定・・・11月中旬から朝の体操の時



- 内容・・・①上半身裸または薄着になって、天候により園庭または室内で乾布摩擦をします。
②園児全員で体操をします。
③園庭及び前の道路を駆け足します。

※ 衣服は着脱のしやすいもの(記名)を着せるようにして下さい。
※ 体調の悪い時は、朝、担任と参加できる活動を相談してください。

☆ 手ぬぐいを11/13(木)までに持ってきて下さい

【うす着について】

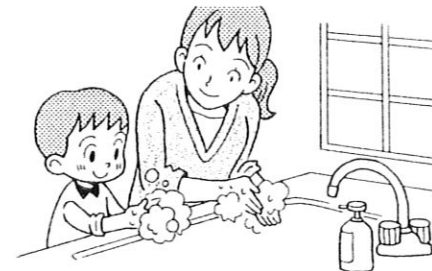
子どもは新陳代謝が盛んで平熱も大人より一般的に高めです。放熱は体表面より行われるので大人よりも体表面の小さい子どもは放熱量が少なく暑さに弱く、寒さに強いといえます。

- ① 動きやすく運動機能の発達を促します。
- ② 皮膚が直接外気に触れて寒さを体験することで自律神経系が鍛えられ、気温の変化に対して適応が高まります。
- ③ 自律神経の刺激は情緒の安定をはかるとも言われています。



寒くなってきましたが、大人より1枚少なめに着せるぐらいで“うす着”を心がけましょう!

食事前の手洗い大丈夫?



かせなどの感染症の予防に、もっとも効果的で簡単な方法は「手洗い」です。

でもこの時期は、水が冷たくなることからさぼりがちになり、丁寧に洗わなくなる傾向が見られます。

保護者が手本を示しながら一緒に洗い、幼児期から食事前の手洗いを習慣づけましょう。

おとなも要注意!!

食べ物に直接手を触れる調理によって、おとなから子どもにウイルスが感染することがあります。子どもはおとなより感染・発病しやすいため、おとなが平気だからと油断していると子どもだけが病気になる可能性があります。調理や配せんの時には、十分に手を洗いましょう。

