



# ほけんだより

平成30年5月号  
明照保育園



## 【子どもの健康状態】

新年度がはじまって一か月が経ち、新しい生活にも慣れてきたことと思います。4月は、嘔吐下痢・発熱・RSウイルス感染症と体調を崩したお友達もいましたが、現在は落ち着いてきています。

最近、気候も良くなり運動するには、とても良い時期になってきました。積極的に外で遊び健康な体づくりを行っていきましょう。

## 【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。



## 健康診断 お知らせ

### ◆ 内科健診

日時：5月16日（水） つき組・ほし組

日時：5月23日（水） はな組・ゆき組

そら組・あか組

## ☆調べる内容は・・・？

- ・病気がかかっているか
- ・心臓、呼吸の音は正常に聞こえるか
- ・骨や姿勢がゆがんでないか
- ・皮膚の様子に異常はないか
- ・やせすぎ、太りすぎはないか

## ☆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、衣服への記名もお願いします。
- ★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。



## 【1歳半健診・3歳健診について】（母子保健センターにて実施）

①受診日時 ②結果内容 を担任まで知らせて下さい。

★今後の保育でも、参考にさせていただきますので必ず受診してください。



## 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

## 登園前の体調チェック

園では毎朝、登園してきた子どもたちの健康観察をおこなっています。

ご家庭でも登園前など次のようなポイントで、体調チェックを行ってみてください。

- 機嫌は？・・・いつもより元気がないなど、いつもと違うようすが見られたら要注意。
  - 顔色、表情は？・・・顔が赤い、白いといった場合は発熱や体調を崩しているかも。
  - 食欲は？・・・いつもより食べが悪い、食べたがらない時はお腹の調子が悪いかも。
  - 便や尿の様子は？・・・毎朝、排尿便を確認しましょう。
  - 湿疹、発疹は？・・・いつもない発疹が見られたら検温し、熱があれば病院へ。
  - 子どものことばは？・・・「気持ち悪い」「疲れた」「いたい」「寒い・暑い」といった言葉が聞かれたら検温し、ようすを観察しましょう。
  - 咳・鼻水は？・・・どんな咳か、鼻水の色などいつもと違うことはないか観察しましょう。
- いつもと違うと感じたら、登園時に保育者に伝えてください。園でも気を付けて様子を見ていきます。

## 【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。