



ほけんだより

令和元年度12月号
明照保育園



【子どもの健康状態】

11月はインフルエンザ・手足口病・溶連菌感染症の報告がありました。様々な感染症が出ていますので、手洗い・うがい・規則正しい生活を心がけましょう。

つき・はな組は火・水・木曜日は乾布摩擦や体操後にマラソンをしています。お休みの日など、おうちの方も一緒に公園やおうちの周りを走ってみるのもいいですね。親子で風邪に負けない体づくりをしましょう。

【6月に行った歯科健診結果から虫歯経験者率をお知らせします】

年少児・・・虫歯経験者率23.5%（市内平均値16.9%）

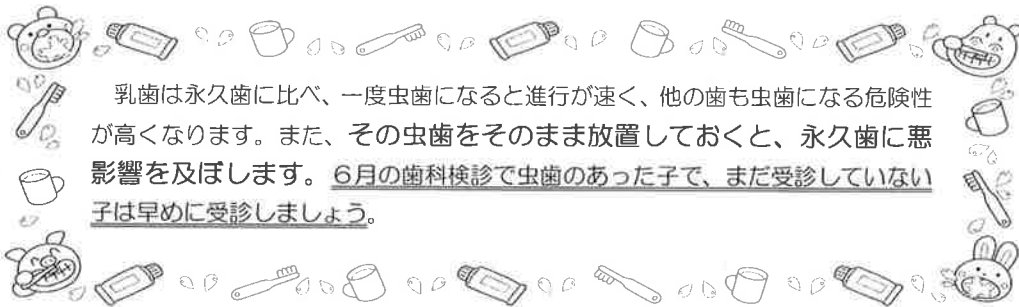
年中児・・・虫歯経験者率37.7%（市内平均値26.8%）

年長児・・・虫歯経験者率53.8%（市内平均値34.6%）

※市内平均値・・・市内の保育園・認定こども園・幼稚園80園の平均値です。



残念ながら今年度もどの学年も虫歯経験者率が市内平均値よりも高い結果となりました。処置歯が含まれている結果ともいえますが、家庭での仕上げ磨きや定期健診など予防的な対策が必要ですね。



乳歯は永久歯に比べ、一度虫歯になると進行が速く、他の歯も虫歯になる危険性が高くなります。また、その虫歯をそのまま放置しておくと、永久歯に悪影響を及ぼします。6月の歯科検診で虫歯のあった子で、まだ受診していない子は早めに受診しましょう。

【風邪の予防をしっかりと】

風邪のウイルスは冬の寒さと乾燥が大好き。日ごろから予防を心がけて元気に冬を過ごしましょう。

風邪予防6か条

- ① うがい、手洗い
- ② 汗をかいたらすぐ着替え
- ③ バランスの良い食事
- ④ 部屋の喚起と加湿
- ⑤ 規則正しい生活リズム
- ⑥ 人ごみを避ける



【ほし組さんのお昼寝について】

年少さんで過ごすのも終わりに近づき、園生活にも慣れ体力もついてきたようですので、来年度に向けて毎年この時期徐々に午後の活動をとりいれています。生活のリズムが変わることで、体調を崩しがちになることが予想されますので、ご家庭でも栄養補給・睡眠等、ご配慮下さるようよろしくお願い致します。



予定 1月中旬・・・月・水・金曜日がお昼寝の日
 2月・・・月・金曜日がお昼寝の日
 3月からは、お昼寝はしません。

※上記の予定が変更になることもあります。変更はきっぷすノートでお知らせしますので、確認して下さい。

カウンセラーだより～「あそび」を通した育ち～

家の中での遊びから、外に出る、他の子どもたちと交流できるようになると、子どもの遊びは大きく展開します。一人遊びや親との遊びでは得られない喜びも見出します。同時に、たくさんのごとも学びます。そのひとつは、ごっこ遊びを通じての子どもの成長です。家庭の外に出た子どもは、最初のうちは他児に関心をもちながらもちょっと怖かったりどのように対応していいかわからず、一緒に遊ぶことはできません。子どもは、それぞれ一人で遊ぶ「並行遊び」と言われる状況が始まります。これが次第に、他児のやっているのを見る、関心をもち他児をまねる、他児と協力するというように、かわりを深めていきます。その様子は、子どもが遊びの中でどのような発言をするか、その内容からみることが出来ます。3歳児では、「○○しよ」「これは○○」といったような提案・説明のことが多いのですが、4・5歳になるとだんだんと、「これ○○みたいだね」など、ものをそのものとは別の何かに見立てて遊びに取り入れる発言が増えていきます。その一方で、他児の言葉の反復などは成長に伴って減っていきます。ただ反復したりそのまままねるのではなく、他児との工夫や加工などによって遊びが展開していき、それが子どもの成長のための大きな経験の一つとなるのです。

中島卓裕

【おわりに】

今年は12月22日が冬至となります。1年の中で1番夜が長く、その日にゆず湯に入ったり、かぼちゃを食べたりすることで風邪をひかなくなるといわれています。ゆず湯で体を温め、かぼちゃで栄養をつけ、風邪知らずの健康な体を目指しましょう。