



ほけんだより



4月号

令和6年4月1日 発行
大島なかよし保育園
看護師

新入園・進級おめでとうございます。暖かい日が増えて過ごしやすくなりますが、新しい環境は子どもたちには意外と負担になるものです。子どもたちが楽しくすこやかに成長していけるよう、園でも子どもたちの様子を見守っていきたいと思います。

4月の保健行事

中旬以降:身体測定

3月の感染症

手足口病:1名

新年度、こんなサインに注意

新入園のお子さんはもちろん、新しいクラスに進級したお子さんも、新しい環境で頑張っています。新年度は子どもも、体や心の疲れがたまりやすい時期です。

心の不調が体に出ることもあるので、元気がないときは無理をさせないように注意してください。しっかり受け止めてもらったという安心感が、心を安定させます。



こんなときは…

- 機嫌がよくない
- 朝、ぐずって「行きたくない」という
- 体調が悪い



お子さんを受け止めて

- たくさんスキンシップをとる
- がんばったことをたくさん褒める
- よく話を聞く

登園前の健康チェックポイント

朝、お子さんが元気か、体調不良のサインは出ていないかをチェックしましょう。目や鼻、耳、口、皮膚など、体の中と外をつなぐ部分は異変を見つけやすいです。当てはまることがあるときは、職員にお知らせください。

また、トイレが自立すると、うんちの回数や状態を把握しにくくなるので注意してください。

病気のサインはないですか？

目:目やにや涙が出る、充血している など

鼻:鼻水、鼻づまり、口呼吸 など

耳:耳を触る(気にするそぶりがある)、耳だれがある など

皮膚:ポツポツが出ている、はれている など

うんち:回数や性状、においがいつもとちがう など



□「疲れた」「痛い」という

おしゃべりが上手になっても、自分の体調を適切に言うのはまだまだ難しい年齢。腹痛ではないが具合が悪いときに「おなか痛い」と言ったり、だるいことを「疲れた」と言ったりすることもあります。

□姿勢が悪い

背中がぐにやりと曲がっている、ほおづえをつく、なんとなくしょんぼりしている…などは、疲れがたまっているサイン。体調不良の入り口と考え、早めに休息をとりましょう。

□けんかが増える

大好きな遊びをすぐにやめてしまう、友達とのけんかが増えるのは、心の元気が減っているサインです。

衣類を見直してけが防止

小さな子どもは…

- ・頭が重く、体のバランスがわるい
- ・夢中になると周囲に注意が及ばなくなる
- ・危険を予測できない

けがをしやすい

フードのひもはけがの原因に

フードのひもは引っかかって転んだり、首がしまったりする要因になります。園で着るものはシンプルで動きやすいものを選びましょう。

ズボンの丈はくるぶしまで

長すぎると転びやすくなります。長いすそを折り上げるだけでは時間とともに落ちてしまうので、縫いつけて留めましょう。



靴はピッタリのものを

靴がゆるいと、歩きにくく脱げたり転んだりします。つま先に5mm~1cmほどの余裕があるものを。

保護者の方々へ

各年齢での追加の予防接種はできていますか。特に、3歳や4歳では日本脳炎を3回分接種しなければなりません。忘れずに受けるようにしましょう。また、予防接種を受けた際には健康カードに日付を追記していただきますようお願いいたします。

