



ほけんだより

4月

令和8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ね。新しい環境に少しずつ慣れていき、子どもたちが楽しくすこやかに成長していけるように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。どうぞよろしくお願いいたします。

4月の保健行事

中旬以降：身体測定

3月の感染症

感染性胃腸炎：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、子どもたちの体や心の疲れがたまりやすい時期です。

心の不調が体に出たりすることもあるので、元気のないときは無理をさせないようにしてくださいね。ゆっくり話を聞いたり、スキンシップをとることで安心感が得られ、心を安定させます。忙しいとは思いますが、なるべく時間を作ってみましょう。



こんなときは…

- 機嫌がよくない
- 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、お子さんの体調不良のサインをチェックする上で、どんな便が出ているか。はとても重要です。

トイレが自立すると、うんちの回数や状態が把握しにくくなりますが、1日1回は確認しましょう。

バナナうんち…黄色がかった茶色でにおいの少ない健康なうんち。



コロコロうんち…水分・野菜不足。運動不足で便秘がみ。



水っぽいうんち…食べ過ぎ、冷たい物の飲みすぎ、体調不良。



おしゃべりが上手になっても、お子さんが自分の体調を適切に言うのはまだまだ難しいです。行きたくない時に「おなかが痛い」「疲れた」と言うこともあります。大きな声を出したり、物を投げたり、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。長いすそは折り曲げ、落ちてくる場合はすそを縫いましょう。



靴はピッタリのを

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。

3/11 ほしぐみさんに体の中の話、プライベートゾーン、LGBTQ(性の多様性)についてお話をしました。自分の命を大切に、自分を守ること、自分と違うお友だちを受け入れられるところについて話しました。とても真剣に考えながら聞いてくれました。

保護者の方々へ

各年齢での追加の予防接種があります。3~4歳は日本脳炎があります。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。

