9月のほけんだより

令和５年９月４日
大津市立天神山保育園

９月に入り、暑さがほんの少し和らいできたような気がしますが、天気予報をみているとなかなか残暑厳しい日が続きそうです。季節の変わり目は一日の温度差が激しく、体調を崩すことがあります。汗をこまめに拭き、汗をかいたら着替える等体調管理をしっかり行いましょう。

今月の保健行事予定

《身体計測》
４日（月）　すみれ組
５日（火）　たんぽぽ組
６日（水）　つくし組・もも組
８日（金）　さくら組
《後期内科健診》
２５日（月）　１０時３０分～
・園医の岡本先生に相談したいことなどありましたらお知らせください。

足のサイズを見直してみましょう

夏の間に心も体も大きくなった子ども達。足のサイズもきっと大きくなっているはずです。これから運動遊びが多くなってきます。今はいている靴は足に合っていますか？見直しをお願いします。

◎つま先にゆとりがある
◎横幅・甲・かかとがあっている
◎痛いところがない

～～子ども達の様子～～

先月は本当に暑く、熱中症警戒アラートの発令された日も多くありました。保育園では熱中症指数をチェックしつつ、水を撒いたりミストを使ったりして外遊びの環境を整え、また室内を涼しくしたり、水分の摂取を促して熱中症予防に努めました。今年は秋も暑いとのことですので、今月も引き続き予防を行っていきます。お家でのちょっとした体調の変化も熱中症予防には大切な情報となります。口頭または健康観察表でお知らせください。

８月は発熱や咳でのお休みはあったものの、特に流行する病気もなく、比較的元気に過ごせました。熱中症を予防しながら、プールや水遊びなどの夏ならではの遊びも楽しめました。体調管理や水着の準備などご協力ありがとうございました。

怪我では、何かにぶつかる「打撲」の他、「虫刺され」が若干増えつつあります。掻き壊すと「とびひ」になることがあるので、冷やしたりかゆみ止めを塗ったりして様子をみています。

救急の日～9月9日～

９と９のごろ合わせで９月９日は「救急の日」です。過ごしやすい気候になると、子ども達の動きが活発になって怪我が多くなる時期です。擦り傷はまず流水で流す、鼻血は鼻の下のほう（小鼻）を押さえる、火傷は流水で冷やすなど、怪我の基本的な対処法を知っておくといいですね。救急箱をお持ちのご家庭は、消費期限など、中身の確認を！いざというときにすぐ取り出せるように、必要なものをそろえておくと安心です。

◆「RS ウイルス感染症」に注意しましょう◆

最初は風邪に似た症状から始まる感染症です。多くは軽傷ですが、重症化した場合は気管支炎や肺炎に移行します。園玄関に厚生労働省からのお知らせを貼り出しています。ぜひご一読ください。

【乳幼児期の性について】

先日、子育てママチーム Silks 倶楽部代表の山本絹江先生のお話を聞く機会がありました。
現代はスマホの普及により情報過多の時代です。その中でも性に関するネット情報は快楽的・暴力的映像がほとんどです。正しい性情報を幼児期に伝えることで自分で自分を大切にする習慣ができ、自分を性犯罪などの危険から守る方法を身につける土台ができます。
子どもに「性」について伝えるのに決まりはありませんが、子どもが「性」について興味を持ったり、質問してきたりしたときにお勧めの本を何冊か教えてていただきました。その中の２冊を紹介させていただきます。

① 「いいタッチわるいタッチ」　安藤由紀　著
プールに行った３人の子ども達は「口と水着で隠れる場所は、自分だけの大切なところ」と教わります。子ども達にはわかりにくい「性的虐待」について子ども達が気づけるように書いています。自分を守る力を付けようと呼びかける絵本です。

② 「おちんちんのえほん」　さとうまきこ　絵
やまもとなおひで　文
プライベートゾーンを含めた、男の子と女の子の体の違いや、命の誕生の話など、子ども達が知りたいことが絵本になっています。恥ずかしがるのではなく、正しく知らせる事が大切だと思う１冊です。

①は、さくら組の保健指導にも使った本です。この２冊は保健室にありますので、興味のある方はどうぞお声かけください。