



令和6年3月1日 やまのこひろば

大津市立ひえい平保育園☆大津市立比叡平幼稚園



2月は暖冬の影響で、雨の降る暖かい日が多く、例年よりも早く、春が近づいているのを感じられるようになってきました。3月は、たくさんの思い出でいっぱいとなった、1年の締めくくりの時期となります。この1年間を振り返ると、子どもたちは心も体もずいぶん大きく成長し、新しい学年への自信につながる、充実した園生活を過ごせたことと思います。今年度も残りわずかです。病気やケガに気をつけて、元気に園生活を過ごせるようにしましょう。

今年の冬は、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症の同時流行に合わせて、感染性胃腸炎も多く報告され、学級閉鎖の情報もたくさんありました。園内でも感染予防は引き続き行いつつ、子どもたちが安心して園生活が過ごせるようにしていきたいと思ひます。



中耳炎

☆中耳炎は、子どもに多い耳の病気です。特に、鼻が上手にかめない小さなお子さんは、鼻水がたまったままになりやすいため、中耳炎になりやすいので注意しましょう。

【急性中耳炎】

鼻やのどから細菌やウイルスが、中耳(鼓膜の内側)に入って炎症を起こした状態です。カゼの後などに鼻やのどの炎症に続いて起こることがよくあります。

★こんなときは注意しましょう!★

- * 耳を痛がる
- * 耳をよく触る
- * 微熱が続く
- * ドロツと黄色い鼻水が続いている
- * 機嫌が悪い
- * 耳を触られるのを嫌がる
- * 耳だれがある

- 耳そうじはしすぎると耳の中を傷つけることがあります。
- 1~2週間に1回ぐらいの間隔で耳そうじをしましょう。
- 耳垢は、自然に耳の入口近くに押し出されるため、耳の穴に入ってすぐそばの汚れを耳かきか綿棒で取る程度で十分です。
- 耳の病気は放っておくと、難聴や、ことばの発達にも影響することがあります。おかしいと思ったら早めに受診しましょう。

【滲出性中耳炎】

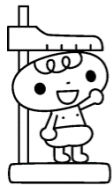
中耳(鼓膜の内側)に液体がたまった状態です。ほとんどの場合、カゼや急性中耳炎に引き続いて起こりますが、特に原因がわからない場合もあります。

軽度だと自然に治ることもありますが、中には慢性中耳炎に移行したり、手術が必要になる場合もあるので、しっかりと最後まで治療しましょう。

★こんなときは注意しましょう!★

- * 何度も聞き返す
- * 何度呼びかけても返事をしない
- * テレビの音量を大きくしたがる
- * テレビを前のほうで見る

3月の身体計測



- 1日(金) にじ
- 4日(月) ほし
- 5日(火) ひよこ・うさぎ
- 6日(水) そら
- 12日(火) きりん



新年度に向けて



健康診断で、受診のお知らせをお渡しさせていただきました、お子さんの治療はお済みですか?まだ受診されていない場合は、年度末のこの機会に治療しておきましょう。また、気になるところがあれば、早めに受診し、新年度に向けてしっかりと体調を整えておきましょう。

花粉症は

子どももかかる病気です

以前は大人の病気と言われていましたが、今では、子どももかかる病気になってきています。

<予防方法>

●外出時のマスク

マスクをする事で、吸い込む量を減らすことができます。目の保護には、メガネも有効です。また、気管支喘息のお子さんは、花粉の影響を受けやすいため、ひどくならないように、外出時はマスクなどで予防しましょう。

●花粉のつきにくい衣類を選ぶ

花粉をつきにくくするため、静電気の起こりにくい組み合わせを選び、一番外側に着る服は、なるべくつるりとした花粉が滑りやすい素材を選びましょう。



●手洗い・うがいや洗顔

外から帰ってきたときに、手洗い・うがいや、洗顔をすることで、鼻や口、目などに花粉が入る量を少しでも減らしましょう。

~保健室より~

★最近の園内の様子

2月のやまのこひろばでは、インフルエンザBや、感染性胃腸炎と診断されたお子さんが数名おられましたが、流行するほど広がることはありませんでした。また、発熱、下痢、おう吐などの症状で欠席や早退をされたお子さんも数名おられましたが、ほとんどのお子さんは元気に登園することができました。

今月は暖かい日が多かったため、早い時期から花粉症が心配されています。また、日中の暖かさと朝晩の寒暖差が大きくなる日もあり、まだまだ体調を崩しやすい時期が続きます。ご家庭でも、お子さんの朝の健康観察をしっかりしていただいて、体調がよくないときは無理せず早めに休養を取り、年度末を元気に締めくくれるようにしてほしいと思ひます。

★2月の保健指導★

<ひよこ・うさぎ組> ～ 手洗い ～

ひよこ・うさぎ組では、ご飯を食べる前に、手洗い指導をしました。子どもたちに、バイキンのついた手袋を見せて、洗ってきれいになると興味津々でよく見ていました。終わると自分から手を洗おうとし、「みてみて」と洗った手を見せる子どもたちでした。それから、遊びがちであった手洗いも、「ばいきんいない？」と保育者に聞きながら洗う姿が見られています。



バイキンがいっぱいついてるね

おてて洗おう

どうなるのかな？

きれいになったよ！

みて！みて！

<そら組> ～ 手洗い ～

そら組では手洗い指導をしました。子どもたちは、バイキンのついた手で食べ物を食べると、お腹が痛くなったり、熱が出たりすることをよく知っています。そこで、見えないはずのバイキンが見える“魔法の虫メガネ”で、手についたたくさんのバイキンを見てもらいました。その手で触ったところにバイキンがついていく様子を見せると、困った様子の子もたち。お話の最後には、手洗いの大切さを感じてくれた子どもたちです。



バイキンが見える魔法の虫メガネ

バイキンいっぱいっている！

バイキンがいっぱいついていやだな～

バイキンが見える・・・

<にじ組> ～3色の栄養を バランスよく食べよう～

にじ組では、3色食品群の栄養素についてお話ししました。初めに昨日の夕食を思い出してもらい、そこから夕食にはいろいろな食材が入っていることを考えてもらいました。その食材をもとに、みんなで3色に分類していきます。少し難しそうですが、にじ組の子どもたちは毎日、給食の献立表から、給食のメニューに使われている食材が赤・黄・緑色に分けられることを知っていました。その経験から、何色かを質問すると、どんどん答えてくれました。食材をみんなで色分けした後に、それぞれの色が、どんな役割を持っているかをお話ししました。赤色は丈夫な体を作ってくれる食べ物、黄色は体を動かすエネルギーになる食べ物、緑は病気になりにくい体になる食べ物であることを伝えました。そして最後には、3色の食べ物をバランスよく食べることが元気に大きくなるためにとても大切なことを伝え、苦手な物があってもできるだけ食べるようにして、3色をバランスよく食べようと約束して終わりました。

<ほし組> ～ウンチの話～

ほし組では、ウンチについてのお話をしました。初めにいろいろな動物のウンチクイズで盛り上がりました。その後、自分たちのウンチについて、人の体のイラストを使って、食べ物や胃や腸を通してウンチになるまでをお話ししました。人の体のイラストに、胃や腸の描かれていることが初めはちょっと怖かった子どもたちですが、食べ物やウンチになっていく様子を見ながら、最後におしりからウンチになって出てくるところでは、とてもうれしそうに「ウンチになった！」と喜んでくれました。最後にウンチには、「コロコロウンチ」「ベチャベチャウンチ」など、体の調子がよくないときに出るウンチがあり、元気な時には「バナナウンチ」が出ることを話しました。子どもたちにも、自分のウンチを観察することで、元気がどうかを知ることができるため、自分のウンチを見て調子の悪い時にはお家の人や先生に知らせしてほしいことを伝えました。

☆ きりん組の保健指導は3月実施予定です。園内掲示で紹介させていただきます。