

新年度が始まって約1か月が過ぎました。滋賀県内での新型コロナウイルス感染症情報や、近隣地域の緊急事態宣言の発令など、ご家庭におかれましても感染拡大予防対策で、お子さんの体調管理、ご家族の健康について気を抜けない状況が続き、お疲れも出ていることと思います。また、天候によって気温差も大きく、体調を崩しやすくなりますが、こんなときこそ規則正しい生活を心がけ、睡眠と栄養で免疫力が低下しないように気をつけながら、元気に過ごしてほしいと思います。園内でも手洗い、マスクの着用、換気、消毒などの予防に努め、子ども達が元気に園生活を過ごせるようにしていきたいと思います。

<5月の保健行事>	
10日(月)	身体2計測／5歳児にじ組
11日(火)	身体2計測／4歳児ほし組
12日(水)	身体2計測／0歳児ひよこ組(0歳児のみ頭囲) ／1歳児うさぎ組
13日(木)	身体2計測／3歳児そら組
14日(金)	身体2計測／2歳児きりん組
14日(金)	内科健康診断 13:30～ (全園児対象)
26日(水)	眼科検診 13:30～ (幼稚園児対象)
未定	尿検査(全園児対象)

## 内科健康診断について

### ★園医さんに診察してもらいます

- ・心臓、呼吸の音は正常に聞こえるか
- ・皮膚の様子に異常はないか ・病気にかかっているか
- ・骨や姿勢はゆがんでいないか ・四肢の状態 など

※内科健康診断で、園医さんに相談したいことがあれば、健康診断当日までに担任や保健担当までお知らせください。

### ★おうちでできてほしいこと

- ・前日は、お風呂に入って体を清潔にしてください。
- ・当日は、髪の毛の長いお子さんは、結んでください。



※眼科検診につきましては、幼稚園児のみとなります。詳細は後日お知らせします。  
※尿検査につきましては、詳細が決まりましたらお知らせします。

## ツメはのびていませんか？

### ■ケガの原因に

ちょっと手が当たっただけで、ひっかいてしまったり、爪が欠けたり折れたりしやすくなります。また、小さなお子さんの場合、爪が薄くて柔らかいため、伸びている部分がめくれてしまったり、爪が伸びていることで、痛い思いをすることがあります。

### ■不衛生に

伸びた爪の間にたまった汚れは、手を洗っただけではなかなか取れません。特に小さなお子さんは、口元によく手がいってしまうので、不衛生になりがちです。



### ■つめを噛むクセに

伸びた爪を気にして噛んでいるうちに、クセになってしまうことがあります。また、伸びた爪が気になって、自分でめくってしまい、出血して、保健室にくるお子さんもおられます。

1週間に一度を目安に、手足の指先をチェックして、爪が伸びていたら切ってあげてください。とくに角を丸く切ってあげると、ケガの防止になります。



## ～保健室より～

保健室では、毎月の身体計測時や、季節や行事に合わせて、保健指導を実施しています。今年度も、各クラスの年齢に合わせた教材を準備して指導したり、その時に覚えてほしいことや、年齢に応じて出来るようになってほしいことなどを、担任と相談しながら取り組んでいく予定です。子どもたちには、自分の体のことや、健康について、身の回りのことなど、楽しく学ぶ機会にしたいと思います。

### <4月の保健指導>～手洗いについて～4・5歳児クラス

**★ほし組での取り組み** 手洗いの仕方はそら組の時にしっかりと教えてもらっているので、子ども達はよく知っています。手洗いをしないと病気になってしまうこともよく知っています。そこで、どんな時に手洗いをするとよいかを3つ考えてもらいました。「ご飯の前」「外から帰った時」はスラスラと出てきたのですがあと一つの答えが出てきません。みんなで知恵を絞ったけれど、どうしても答えは見つかりませんでした。そこで「正解はトイレの後です！」と伝え、「みんなトイレの後に手を洗ってる？」と聞いてみるとニヤニヤと笑う子がちらほら・・・そこで「トイレには、みんなを病気にするバイキンがいることがあるので、手を洗わないと体の中に入って病気になるかもしれません。これからはトイレの後もしっかり手を洗おうね！」と約束し、最後にみんなで、やまのこひろばの手洗い手順を練習して終わりました。

**★にじ組での取り組み** にじ組でも、どんなときに手洗いをするとよいのか、手洗いをしないとどうなるのかを、イラストを見ながら質問形式でお話しました。子どもたちは、「さすがにじ組さん！」といった感じで全問正解し、手洗いについては、今までにも何度も繰り返し話してきていることなので、とてもよく理解してくれていました。最後には全員で「やまのこひろばの手洗い手順」を練習して終わりました。