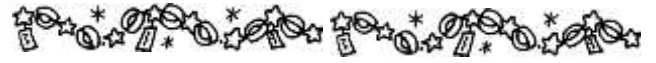




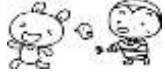
ほけんたより

令和3年7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



本格的な梅雨に入り、雨の降るジメジメした日が多くなってきました。これからの時期は、真夏のような暑い日があったり、肌寒い涼しい日があったり、毎日の気温の変化が激しく衣類の調節も難しくなります。特に小さなお子さんは、体温調節機能が未発達で、体調を崩しやすくなります。周りの大人が注意して体調管理をしっかりしてあげましょう。また、梅雨の時期には、湿度が高く蒸し暑くなって、食中毒や、熱中症になりやすくなります。ていねいな手洗いや食品の取り扱いに注意したり、こまめな水分補給や、汗をかいたら着替える、外出時は帽子をかぶるなど予防に気をつけましょう。また、園内でも熱中症予防のため、こまめな水分補給や、暑い日にはシャワーで汗を流したり、活動に応じてマスクをはずして過ごすなど、暑さ対策にも気をつけていきたいと思います。



プール・水遊びが始まりました！



先月より、3・4・5歳児クラスでプール遊びが始まりました。今月からは、0・1・2歳児クラスでもプール・水遊びが始まります。プール・水遊びの後は、ふだんの遊びに比べ、とても疲れやすくなります。十分な睡眠と休養で、翌日に疲れを残さないように心がけましょう。また、前日はできるだけ早めに寝て、当日は朝ごはんをしっかり食べるなど、いつも以上に健康管理に気をつけて、元気にプール・水遊びを楽しんでほしいと思います。特に気をつけてみていただきたい健康状態については、下に挙げていますので、朝の健康観察時の参考にしてください。また、気になる症状がある場合は、プール・水遊びを控えていただくか、職員にご相談ください。

こんな時はプール・水遊びはやめましょう

- ★平熱より高い ★前日に熱があった ★風邪がみ(鼻水や咳が出るなど)
 - ★便が普段よりゆるい ★前日に下痢をしていた ★耳の痛みがある
 - ★目が赤く充血している ★普段より多く目やにが出ている
 - ★じゅくじゅくした傷口がある ★気管支拡張テープを貼っている
- ※絆創膏や気管支拡張テープを貼ったまま、プールには入れません。

医師の許可が必要な病気

- ★耳の病気(中耳炎、外耳炎、耳垢栓塞など)
- ★目の病気(結膜炎など)
- ★皮膚の病気(とびひ、状態のよくない水イボやひどい外傷など)
- ★アタマジラミ ★その他の疾病

<7月の身体計測>

- 2日(金)4歳児ほし組
- 6日(火)0歳児ひよこ組・1歳児うさぎ組
2歳児きりん組
- 7日(水)3歳児そら組
- 12日(月)5歳児にじ組



あせもを予防するために



これからの時期は、あせもや虫刺されなどの、皮ふのトラブルが増えてきます。掻きこわすととびひになってしまうこともありますので、かきむしらないように気をつけましょう。状態がひどい時には、医療機関へ受診しましょう。

～保健室より～

★最近の園内状況

6月のやまのこひろばでは、発熱、下痢などの症状でお休みされたお子さんが数名おられました。また、RSウイルスと診断されたお子さんもおられました。いずれも、園内で流行するほどではない状態で、ほとんどのお子さんが元気に登園することができました。ですが今年も、全国的にRSウイルスが流行しているとのニュースもあり、またこれからの時期は、夏の感染症が流行する季節になってきます。先月より水遊びも始まり、疲れも出やすくなりますので、早めの休息と睡眠、バランスのよい食事をしっかり摂って、元気に過ごせるようにしましょう。

★6月の保健指導 <ほし組での取り組み> ほし組では、6月の歯の健康週間に関連して、歯のお話をしました。まず初めは動物の歯のお話です。ウサギの歯の写真を見せて、「大きな前歯が生えているのは、なぜだと思う？」と質問します。『にんじんをたべるから！』『おやさいをたべるから！』と子ども達はつぎつぎに考えて発信してくれます。次に、ライオンの写真を見せ、「ライオンには鋭くとがったキバが生えています。なぜだと思う？」と聞いてみます。『えものにガブリってかみついたら！』『おにくをひきちぎるんやで！』とまたまたたくさんの答えが返ってきます。次に、カバの写真を見せ、「カバは、奥のほうに大きな歯が生えています。この奥の歯で大きなキャベツなどの野菜をつぶして食べます。」と説明しました。『カバはおさかなをたべるんやで！』などの楽しい話題で盛り上がり、その後、実は、人間にはすべての歯があることを伝えました。前歯、犬歯、奥歯と絵を見せながら場所を教えると、子ども達は自分の歯を触って確かめていました。歯にはいろいろな種類とそれぞれに大切な役割があり、どの歯もみんな大切な役割がないといけないことを伝え、そのためにみんなができることってなんだろう？と聞いてみました。すると少し考えて、『はみがき！』と答えが返ってきました。最後は、食後の歯みがきをがんばることを約束して終わりました。

<にじ組での取り組み>

にじ組でも歯のお話をしました。様々な食べ物カードを一人一枚ずつ配り、歯にいい食べ物か歯にいい食べ物かを考えて、ホワイトボードに貼ってもらいました。全員が貼り終わって2つに分けた食べ物を比べてみると、歯にいい食べ物には、お菓子やジュースなどが多いことがわかりました。「みんなの大好きな甘いお菓子はなぜ歯にいいのかな？」と聞いてみると、「おさとうがいっぱいはいってるからや！」と子ども達が教えてくれます。「残念ながら甘いお菓子にはムシバイキンが大好きなお砂糖がたくさん入っています。なので、たくさん食べるとむし歯になりやすくなってしまいます。でも、おいしいお菓子を食べてもムシバイキンから歯を守る方法があります。それは、なんでしょう？」と聞くと、すぐに「はみがきや！」と笑顔で答えてくれました。今はやまのこひろばでの歯みがきができない状況です。ご家庭でもお子さんの歯みがきの様子を見たり、一日一回は仕上げ磨きをして、むし歯にならないようにしてあげただけだと思えます。

にじ組では、防犯教室やプール遊びが始まることに関連して、プライベートゾーンのお話もしました。初めに、男の子と女の子の身体の違いを話し、それぞれの水着で隠れている部分をプライベートゾーンということをお伝えしました。水着でかくれている部分は、自分だけのとても大切な場所だから、人に見られたり、触らせないようにして守らなければならないことを伝え、もしもそんなことがあった時には「やめて！」「いやだ！」と大きな声で言うようにしようとお話しました。そして、お友達とのプライベートゾーンを見ようとしたら、触ったりしてはいけないことを伝えました。また、もしもいやな思いや、怖い思いをしたときには、安心できる大人に必ず話してほしいことも合わせてお伝えしました。少し難しいかもしれませんが、まずは自分の身体を大切にすることを意識し、命の大切さにも繋げて伝えていけたらと思っています。