

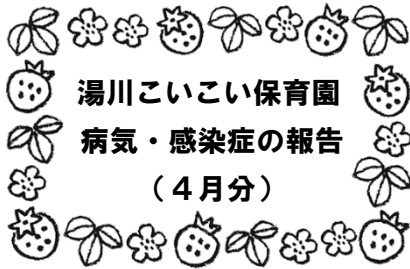


# 5月のほけんだより



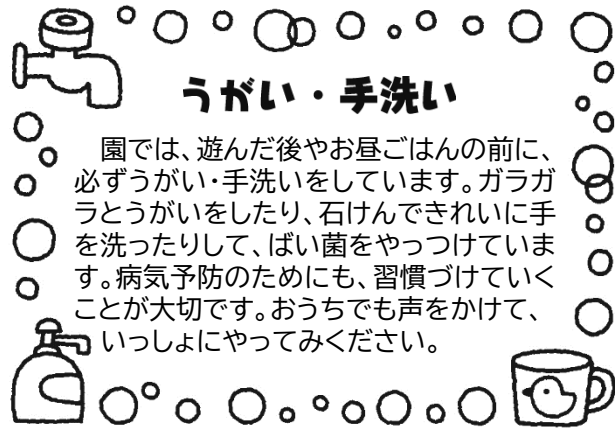
湯川こいこい保育園  
2021. 4. 30

新年度がはじまってから1ヶ月がたちました。  
多くの子どもたちは新しい環境に慣れ、少しずつ自分のペースで園生活を楽しめるようになってきました。  
5月はゴールデンウィークで、連休がはいります。お休みが続くと、生活が乱れがちになってしまうので、生活リズムをくずさないように注意してください。



湯川こいこい保育園  
病気・感染症の報告  
(4月分)

発熱 5名 下痢 3名  
カンピロバクター 1名



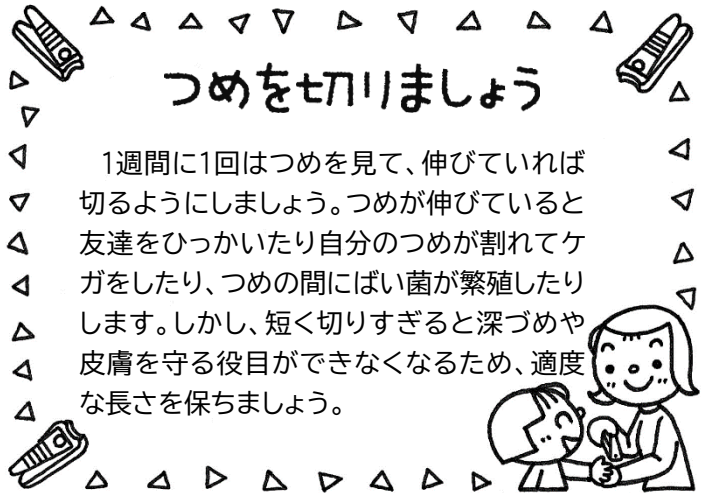
## うがい・手洗い

園では、遊んだ後やお昼ごはんの前に、必ずうがい・手洗いをしています。ガラガラとうがいをしたり、石けんできれいに手を洗ったりして、ばい菌をやっつけています。病気予防のためにも、習慣づけていくことが大切です。おうちでも声をかけて、いっしょにやってみてください。



## 出かけるとき

新しい環境にも少しずつ慣れ、緊張が緩むこの時期は、体調を崩しやすくなっています。連休のおでかけは子どもの様子を見て、無理のない計画をたててあげましょう。



## つめを切りましょう

1週間に1回はつめを見て、伸びていれば切るようにしましょう。つめが伸びていると友達をひっかいたり自分のつめが割れてケガをしたり、つめの間にばい菌が繁殖したりします。しかし、短く切りすぎると深づめや皮膚を守る役目ができなくなるため、適度な長さを保ちましょう。

## 足に合う靴を履こう

骨や土踏まずが発達の途中にある幼児期の足には、靴の役割はとても重要です。靴を履いている時に転びやすかったり、歩くのを嫌がったりする時は、靴が足に合っていないのかもしれない。子どもの足は年に1~2cm程大きくなるので、半年に1回はサイズを確認してあげましょう。

### 足元チェック

ファスナーやテープで甲の高さが調節できますか？

つま先は指が自由に動かせるくらい(5~10mm)のゆとり

がありますか？歩いている時に靴がすぐ脱げたり、かかどがつぶれていたりしませんか？靴底が厚すぎたり薄すぎたりしませんか？



## 着替えを多めに用意して

さわやかな季節を迎え、散歩や戶外遊びを楽しんでいる子どもたちは、汗をたくさんかき、着替えをする機会が増えています。着替え用の服を少し多めに入れておいてください。汚れた服を持って帰ったときは、必ず着替えの補充をお願いします。

