



5月のほけんだより

令和4年
4月28日発行
うずも保育園
看護師 木之内美穂

新緑の美しい5月。元気に遊ぶ子どもたちの姿に爽やかな風が吹き抜けます。ゴールデンウィークを楽しく過ごしたあと、心身ともにちょっと不安定になることも。ご家庭と連携をとりながら、お子さんの様子に気を配っていきたいと思います。

朝起きてから登園まで

朝起きてから登園までは、慌ただしい時間帯です。その間のやるべきことや時間の流れを、絵や文字で表すと、子どもが自分で考えて行動しやすくなります。例えば「①6時に起きる ②顔を洗う ③着替える ④朝ご飯を食べる ⑤歯をみがく ⑥登園する」といった順序の絵を壁に貼り、一つ終わるごとに「次は何をするのかな？」と一緒に考えます。一人で表を見て行動できるようになるまで、声をかけながら見守りましょう。

朝、子どもの様子に「あれ？ いつもと違う？」と感じたら、連絡帳に状況を書いてください（3,4,5歳児は保育士に伝えてください）。例えば、寝起きがいつもより悪い、食欲がない、いつもよりトイレが長い、機嫌が悪い、元気がない…といった様子があった時にお伝えいただくと園でも気を付けて様子を見ることが出来ます。



爪はきれいかな？

爪が伸びていると、友達をひっかいてしまったり、折れたりなどけがの原因となります。また爪は、汚れが溜まり不潔になりやすいところにもかかわらず、指しゃぶりや爪をかむくせがある子どもも多く、汚れたままにしておくとばい菌を直接取り込んでしまいます。



保育園では、毎週月曜日に爪の衛生検査を実施しています。ご家庭で、お風呂上りの爪の柔らかい時などを利用して、定期的なケアをお願いします。

内科健診

5月19日（木）は内科健診を行います。

調べる内容は…？

- ・やせ過ぎ、太り過ぎはないか
- ・心臓、呼吸の音は正常に聞こえるか
- ・骨や姿勢はゆがんでいないか
- ・皮膚の様子に異常はないか
- ・病気にかかっていないか



なるべく欠席のないようお願いいたします

●前日におうちでできてほしいこと●

- ・お風呂で体をきれいにできてください。
- ・上半身は全て脱いで健診します。下着には名前を書いてきてください。
- ・髪の毛の長いお子さまは結んできてください。