



# ほけんだより

綾瀬ゆめっこ保育園

2023年6月12日

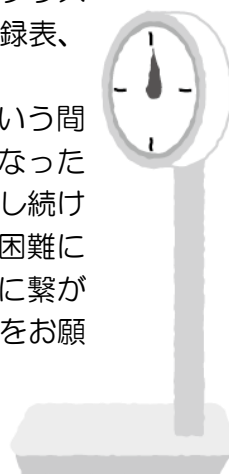
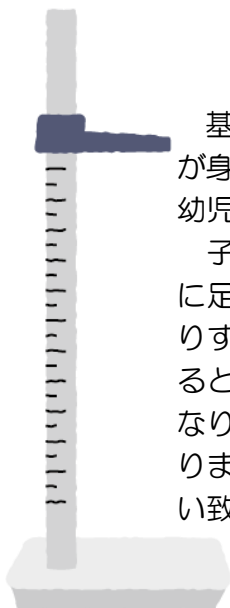
梅雨の季節が到来ですね。湿度が高く蒸し暑い日もあれば、急に気温が下がって肌寒く感じる日もあります。気温差により体調を崩しやすい時期になりますので、どちらにも対応出来る様に衣類の準備を行い、汗の始末も忘れずに元気に過ごしましょう！

## 身体測定



基本的に毎月2週目に幼児クラス、3週目に乳児クラスが身長、体重を計測しています。乳児は健康診断記録表、幼児はシール帳でご確認下さい。

子どもの成長は目を見張るものがあり、あっという間に足が大きくなったり、洋服のサイズが合わなくなったりする事があります。サイズの合わない物を使用し続けると体に不調が出てしまったり、自分で着脱が困難になり、子どもの自分でやろう！という意欲の低下に繋がります。定期的に靴・上履き・洋服のサイズの確認をお願い致します。



### 水いぼ・とびひについて

まもなく子供たちが大好きな水遊びの季節になりますね！肌が触れ合う事が多くなるこの時期に特に気になるのは水いぼ・とびひ等の接触感染です。虫に刺されることも多くなるので、そこから掻き壊してとびひになってしまう事もあるので気を付けていきたいですね。

また、水いぼ・とびひは登園届が必要になります。病院で受診されてから保護者の方がご記入し、保育園にお持ちください。治療していないとプール遊びは出来ません。

とびひになってしまった場合…皮膚が濡いていない状態の時は幹部をガーゼなどで覆って下さい。保育園で取り換える必要がありそうでしたら予備のガーゼを保育士に渡し、その旨お伝えください。



### 爪の長さは大丈夫ですか？

爪が長いと衣類などに引っかけて爪が剥がれてしまったり、肌に触れた所が引っかき傷になってしまったりします。特に夏場は薄着になり、肌の面積が多くなることで傷が出来る可能性が高くなります。また、爪の間に砂や汚れが入り、衛生的にも良くありません。普段以上に爪のチェックを行い、長ければ爪を切って下さい。

日々の忙しさで忘れがちになってしまふこともあると思いますが、「日曜日と水曜日に切る」等と意識する事で習慣化することも一つの手ですよ♪

### 新型コロナウイルス「5類」移行後の変更点について

感染が初めて国内で確認されてから3年が経った新型コロナウイルスですが、5月8日に季節性インフルエンザ等と同じ対応になる【5類】に移行されました。それに伴い、感染症が流行している等の場合を除いて職員のマスクを原則外します。花粉症等の個人の判断により着用することもあります。子ども達に表情で思いや気持ちを伝えていく関わりも大事ですのでご理解の程宜しくお願い致します。

また、新型コロナウイルスに感染した場合は医師が記入した治療証明書が必要となりますので、登園時に必ず提出して下さい。

今後も日々の手洗い・うがいをしっかりと行い、元気に過ごしていきたいですね！

## 熱中症にご注意を！！

近年、気温が高い日が多く、子どもが熱中症になってしまうケースをよく耳にしますよね。外出時に帽子を被ったり、水分補給をして休憩を取る事もとても大切ですが、熱中症を引き起こす要因を知っておくことも大切です。対策をしっかりと、熱中症を予防しましょう！

### 熱中症の要因

#### 周りの環境

- ・日差しが強い
- ・気温や湿度が高い
- ・エアコンがない密室空間にいる

#### 活動

- ・水分を取らない
- ・休憩を取らない
- ・激しい運動をする
- ・長時間日の当たる場所・高温の場所にいる

#### 体調

- ・寝不足
- ・栄養不足
- ・不規則な生活になっている
- ・食欲低下

