



ほけんだより

～すくすくげんき～



全園児健診のお知らせ

5月27日(木) 12時頃～

園医の石垣先生(いしがき医院)が行います。

できるだけ、お休みをしないで健診を受けてください。

ご都合でお休みの予定の方は、事前にご連絡をください。

※お子さまの体調面で園医の先生に質問のある方は、連絡帳などでお知らせください



アロマ虫よけスプレー(アンチモスキート)についてのお知らせ

園庭や公園に虫が多く発生する時期になりました。園では、園で配合したアロマ虫よけスプレーを使用しています。皮膚刺激の強い成分は使用していませんが、アレルギーなど気になる方は担任または看護師にお伝えください。配合成分は下記をご覧ください。

★園児用⇒ラベンダー、ローズウッド、ユーカリレモン、エタノール、精製水

★網戸⇒シトロネラ、ユーカリレモン、ローズウッド、エタノール、精製水
※ローズウッド・・・成分中のモノテルペンアルコール類に駆除効果あり。
※シトロネラ・・・テルペン系アルデヒド類で虫をよせつけない。

熱中症に

気を付けましょう



子供は新陳代謝が活発で汗をかきやすいので、日中はたくさん動いて遊ぶので、薄着で活動をします。

衣類の調整

・気温によって体温が上下しやすいので調整しやすい服装にしましょう。

水分補給

・晴れた日の屋外は夏のような暑さになります。こまめに水分補給をしましょう。

紫外線

・この時期より紫外線が急増します。外で遊ぶ時には帽子をかぶるようにしましょう。



4月のお休み状況

クループ...2名

突発性発疹...1名

発熱...2名

咳・鼻水...3名

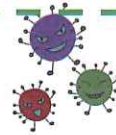
咳・鼻水のお子さまが増えてきています。

早めの病院受診をお願いいたします。

おむつかぶれに気を付けましょう

赤ちゃんの肌は大人よりも薄く、おしっこや汗でおむつの中は蒸れた環境になっています。蒸れていると、あせもなどの皮膚トラブルを起こしやすくなり、酸性度の強い便が出ることによって皮膚がただれてしまいます。こまめに交換し、下痢のウンチが出たときは自宅ではこまめにおしりを洗うようにしましょう。

また、ただれてしまった場合は赤ちゃんも痛みやかゆみが出てしまうので、早めに皮膚科に相談するようにしましょう。



食中毒に注意しましょう



コロナの影響で外出よりテイクアウトやお弁当を利用する機会が増えています。気温が暖かくなってきたので、あたたかい食べ物を購入し食べるまで時間が空いてしまうと細菌が繁殖しやすい環境になり、その食べ物を食べることで食中毒や胃腸炎を起こしやすくなってしまいます。テイクアウトやお弁当を利用する際には食べる直前に購入するようにして、すぐに食べられなかった時にはレンジなどでしっかり温めてから食べるようにしましょう。

くつの選び方

足に合っていないくつを履いていると、姿勢も悪くなり、そのまま骨格が形成されてしまうので、足に合ったくつを選び、思い切り遊ばせてあげましょう。

くつを選ぶポイント

□甲の高さと幅は合っていますか？
足に合わせて調整できる、マジックテープの付いたくつなどがよいでしょう。

□つま先にゆとりがあり、少し反り上がっていますか？
目安は、かかとに子どもの指が一本入る程度です。子どもはよくつまずくので、つま先が少し反り上がっている物を選びましょう。

□くつ底は硬過ぎず、適度な弾力性はありますか？
適度な弾力性は衝撃をやわらげます。くつ底も曲がる物を選びましょう。

□かかとは硬くしっかりしていますか？
かかと部分をしっかり支えることで、安定した歩行ができます。かかとは手で簡単にねじれてしまう場合は柔らか過ぎです。

□素材は吸放湿性に優れていますか？
水分を吸収し、乾燥しやすい素材を選びましょう。