



ほけんだより 5月号

2023年度 No.2

しのめ並木保育園



新緑の青葉にすがすがしさを感じる5月になりました。新しい年度がスタートし1ヵ月、毎日、元気な声が響いています。温度や湿度の変化も大きく、新年度の疲労と重なって体調を崩しやすい時期でもあります。体調・衛生管理に注意しながら、元気に過ごしていきたいと思えます。

【4月の健康状況 3/27~4/27 現在】 咳や鼻水、目ヤニの多いお子さんが多くみられました。



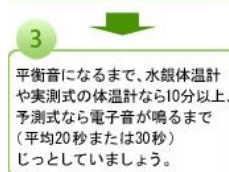
検温について

ちょっとしたことで変化しやすい子どもの体温は、不正確な体温測定にならないように注意が必要です

正しい体温の測りかた 体温は、動いた後や食事の後、また気温によって一日の中で変動します。運動後や食後を避けましょう。

<測定方法>

1. わきの下を拭き、わきのくぼみの中央に体温計の先端をあてます。
(体温計の先を下から上にむけて、押し上げるようにはさみます。)
2. 体温計を下から **30~45度**の角度になるように挟み、わきが密閉されるようにしっかり閉じ、ヒジをわき腹に密着させます。手のひらを上向きにすると、わきがしまります。さらに体温計をはさんだ方のヒジをもう一方の手で軽く押さえます。
3. 平衡温になるまで、電子音が出るまでじっとしていきましょう。



腋窩体温計(わき)は、非接触型体温計(おでこ)より正確さを感じます。非接触型で高めでしたり、体調が気になるお子さんは、腋窩体温計で測るようにしています。腋窩体温計での測定であっても、特に小さなお子さんは測り方や環境、タイミングなどによって影響が出やすく、誤差を生じることも…。保育園では、環境を整えたり、時間をおいて測りなおしたり、複数の職員で測定してみたりしつつ、お子さんのお熱の把握をし、お子さんの平熱や他の症状の有無、活気や食欲の有無などを考慮して、体調をお伝えしていくように心がけています。

○保育園と感染症

入園当初、発熱が続いて欠席しがちになると「保育園に入ったら病気にかかりやすくなった」と悩まれたり「うちの子は風邪をひきやすい。何か病気を持っているの?」と悩まれる方がいらっしゃいます。0歳児では6ヶ月を過ぎると先天免疫(母体免疫)と呼ばれる抗体がなくなり、感染を受けやすくなります。その上、環境の変化で緊張や疲れから、又、集団生活のため感染を受ける機会が多く病気になりやすくなっています。1年を過ぎる頃には免疫を得たり、集団生活にも慣れて、病気にかかるのもずっと減ってきます。また、十分な外遊びや薄着の習慣で体はだんだん丈夫になっていきます。園生活においては、色々な感染を軽く上手に乗り越えていきましょう。

紫外線

春先は紫外線が急に強くなります。日焼けによるダメージが心配されますが、子どもにとって戸外で元気いっぱい体を動かして自然と触れ合うことは、心身の発達にとっても大切なことです。適切な紫外線対策をとっていきましょう。



- ① 外出時間を配慮する(10時~14時は最も紫外線が強い)
- ② 日陰を利用する
- ③ 日傘を使う、つばの広い帽子をかぶる
- ④ 衣服で覆う(長袖の着用)
- ⑤ 日焼け止め(子ども用)クリームを利用する

尿検査のお知らせ



5/30(火) 幼児クラス尿検査
(3・4・5歳児クラス)
提出日になります。当日の尿を
9時までに各クラス提出袋内へ
提出ください