



ほけんだより

5月

春の風が心地よく、さわやかな気分になれる5月が始まります。先月は新入園児を中心に主に発熱・下痢で欠席する子が見られました。身体や心に疲れが出て体調を崩したりしやすい時期でもあります。連休に入る、この機会に体調を整え、連休明けからまた元気にすごせるようにしていきたいものですね。

園での歯みがきのとりあつかいについてのお知らせ

4/23に発令された緊急事態宣言を受け、園での歯みがきを当面の間中止することとします。虫歯予防に関しては、夜の仕上げ磨きがとても大切といわれています。引き続き、ご家庭の方で取り組んでいただけますようよろしくお願いいたします。虫歯が気になる方は歯科を受診されることをおすすめします。

なお、園では刷掃指導および歯科健診が年1~2回ありますが、それは現在のところ行う予定ですが、状況により変更・中止する場合がありますのでご了解ください。

5月よりアロマ虫よけスプレーを使用します

園庭や公園に蚊等による虫さされが多く発生する時期になりました。5月から秋頃までは虫さされが見られます。

市販の虫除けスプレーは子どもにとって匂いが強かったり、皮膚刺激が強いこともあり、当園ではアロマオイル*とグリセリンで配合した“アロマ虫除けスプレー”を使用しています。

(※ラベンダー、ローズウッド、ユーカリシトリオドラ)

◎使用にご不安がある方は保健までお声かけください。なお、園では日焼け止めクリームや市販の虫よけスプレーのお預かりはしていません。

全園児健診について

緊急事態宣言により健診が中止となる場合、もしくは日程が変更する場合がございますのでご了承ください。

●0.2.4 歳児クラス

5/11(火) 12:20~

●1.3.5 歳児クラス

5/18(火) 12:20~

虫刺され後、赤く腫れあがったり、かきこわしから「とびひ」(=感染症)になるお子さんがいます

子どもは皮膚の抵抗力が弱いので、虫刺され後のかきこわしから「とびひ」になるお子さんも少なくありません。初めての虫刺されで、かなり赤く腫れあがるお子さんも見られます。

●傷が広範囲であったり、ガーゼで覆えない(はがしてしまうなどの)場合は登園できません。

●とびひのある状態ではプールや水遊びの参加ができません。

●早めに皮膚科・小児科を受診されることをおすすめします。

●爪が長いと、自分の肌を傷つけてしまい、とびひの悪化にもつながります。

こまめに爪切りをしましょう。

●●4月の感染症(健康状況)●●

- 発熱 …… 20名
- 下痢 …… 10数名
- 嘔吐 …… 7名
- 水いぼ(伝染性軟属腫) …… 1名
- 突発性発疹 …… 1名
- 咳・鼻水等の風邪症状 (4/28現在) …… 多数見られています。



◆GWの過ごし方について

新年度が始まり、1か月が経とうとしています。お子さんも保護者の皆さまも新しい環境に慣れてきましたでしょうか。体調はいかがでしょう？ゴールデンウィークは、いいリフレッシュの機会になりますね！長期休暇は生活リズムが乱れがちとなります。規則正しい生活ができないと、体調を崩しやすくなるのでお休みの日も、決まった時刻に置き、夜更かしに気をつけましょう。



○朝は、7時までにカーテンを開けましょう！

太陽の光には、体内時計を整えてくれる作用があります。

○日中は活動的に過ごしましょう！

適度な疲れは、良質な睡眠につながります。

○夜は8~9時には寝かせましょう！

寝ている間にホルモンが分泌され、成長発達に影響します。

休みあけの登園のためにも、夜更かせず生活リズムを保つことをお勧めします(^^)

◆GW前に確認しておきましょう

- かかりつけの連休中の開院日
- 治療中の方は薬が足りてますか？



家庭内のできる感染予防

【引用】厚生労働省ホームページより(2021.4.23)

◆必ずしていただきたいこと

- 「親しき仲にもマスクあり！」…十分な距離がとれない時はマスクを着けましょう。
- こまめな手洗い…接触感染を防ぐため、外出後、食事の前、トイレの後など。
- こまめな換気…屋内では空気の出入口を2か所設け、空気の流れを作る工夫を。
- 共有部分(ドアノブ、手すり、スイッチ)の消毒
- タオルや歯磨き粉などの共用を避ける
- 食べ物や飲み物、食器の共用は避ける



◆していただきたいこと

- 適度な湿度(50~60%)を保つ
- 可能であれば、食事の時間や場所を分ける

◆遠方から帰省されたご家族と過ごすときの感染予防

- 家庭内での感染予防が難しい場合は、宿泊施設の利用も検討しましょう
- 帰省される方は、帰省される前の一週間、可能であれば2週間は、大人数での会食は控えましょう
- 高齢者や基礎疾患がある方など重症化リスクの高い方と会う時は、必ずマスクを着用するなど特に感染予防に留意しましょう

公園はすいている時間・場所で



オンライン帰省にご協力ください



通販、飲食持ち帰り、宅配も活用しましょう

