



ほけんだより

9月

まだまだ日中は暑いですが、夜になると幾分過ごしやすくなってきたのではないのでしょうか？
季節の変わり目は体調を崩しやすくなります。衣服の調整を適宜行い、睡眠時間をしっかりと
とり、生活リズムを整えて体調を整えていきましょう。食欲がないなど、いつもと様子が違う
場合はお知らせください。

★～髪にまつわるお願い～★

- 髪が長いお子さんは、適宜ゴム等で結ぶようにしてください。



食事を食べる時に不衛生とならないようにするためです。遊んでいる時に髪がモノに引っかかりたり、お友達の関わりの中でも危ない場面も見られます。

- 前髪が長く、目に入ってこすっているお子さんが最近多く見られます。適切な長さを心がけてください。

- 身体測定時、頭の高い位置でのポニーテールや、おだんご結びでは、正確に身長を測ることができません。重ねてご協力をお願いします。



★～爪きりについて～★

- 1週間に一度は爪の確認とお手入れをお願いします。



・爪が伸びていると、遊んでいる時に引っかけて割れたり、お友達を引っかけて傷つけてしまったりと、けがの原因になります。

・汚れもたまりやすく、菌の繁殖の原因になったり、とびひ等の皮膚トラブルを避けるために適切な長さを心がけましょう。

・お風呂あがりには爪がやわらかいので深爪にならないように気をつけましょう。

サイズの合わない靴に要注意！ ～知っておきたい3歳からの靴選び～

成長を見越した大きいサイズの靴、逆にきつくなった靴、デザイン優先の靴、…こんな靴を履かせていませんか？
こうした靴は、転倒の原因になるだけでなく、子どもの足の発達や姿勢、運動能力に影響を及ぼします。

靴選びのポイント

- 面ファスナーなどで甲の高さが調整できる
- つま先に5mm～1cmのゆとりがある
- つま先が少し反り上がっている
- かかと部の支えがしっかりしている
- 足の動きに合わせてソフトに曲がる
- 靴底に弾力がある
- 適度にやわらかく、通気性のよい素材



8月の感染症(健康状況)

- ・手足口病 …… 17名(0.1才児中心)
- ・ヘルパンギーナ … 1名
- ・水痘(みずぼうそう) …1名
- ・上記疾患を除く発熱 … 9名
- ・下痢・嘔吐 …… 4名

(新型コロナウイルス感染症は子どもメールでご報告のとおり)

(8/25現在)





9月1日は防災の日



9月1日は防災の日です。近年毎年のように自然災害が各地で起こっています。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ・懐中電灯などを準備しておきましょう。



また、お子さまにも火事や地震が起こったらどのようにすべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、日頃から繰り返し、緊急時に備えるようにしましょう。

おうちの中にも事故やけがを招く危険なものがたくさんあります。事故を防ぐために確認をしてみましょう。



9月9日は救急の日

子どもの成長が一番著しいのは乳幼児のときですね。歩けなかった子が歩けるようになり、走ったり、高いところに登れるようになったりと好奇心がおおせいな子どもたちは危険を感じることなくいろんなものに興味を持ちます。しかしこの時期はまだ、自分で身を守ることができないため、危険なことはしっかりと伝えるようにしましょう。

- 子どもの手の届く場所においてはいけない物
(薬・洗剤・タバコ・ライター・ポット・炊飯器・包丁などの刃物・針・子供が飲み込める大きさの細かいもの)
- 踏み台になるものはベランダに置かない
- コンセントなどをいたずらできないようにする
- 遊び食べに注意する。(食べ物がのどに詰まることがある)
- 浴室には子ども一人で入れないように工夫する
など身の回りの危険な場所を見直してみましょう。

