



5月ほけんだより



令和6年5月1日発行
新川崎みらいのそら保育園

新年度が始まり1か月が経ち、子どもたちは新しい環境にも少しずつ慣れてきました。この時期は温度と湿度の変化が大きく、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。また、特に連休明けは親子共に疲れが出やすくなります。体を休める時間を十分につくり、登園前は普段以上に健康チェックを行っていきましょう。

衣類を見直してケガ防止!

乳幼児は・・・

- ・頭が重く、体のバランスが悪い
- ・夢中になると周囲に注意が及ばなくなる
- ・危険を予測できない

けがを
しやすい!

【衣類のサイズやデザイン】

丈が長すぎる、股上が合っていない、サイズが大きく手がでないものや下がってくるズボンがケガにつながります。また、裾を折り曲げるだけでは時間とともに落ちてきてしまうので縫い付けて留めましょう。



【フード・スカート・ひも付】

フードやスカート、ひもは家具や遊具に引っ掛かって転んだり、首が閉まったりする要因になります。

【くつ】

靴がゆるいと歩きにくく脱げたり転んだりします。つま先に5mm~1cmほどの余裕があるものを履くようにしましょう。



園で着るものは
シンプルで動きやすいものを選びましょう!

気持ちよく過ごす

服の ポイント

春先から梅雨の時期は暑い日もあれば肌寒く感じる日もあり、朝晩と日中の気温差が大きい日がしばしばあります。

● 着替えには長袖と半そでを

気温やその日の活動に合わせて衣類を選べるよう、園の着替えには長袖と半袖の両方の衣類を用意してください。

● 重ね着で調節

気温差の大きい時期は、厚手のものを着せるより、薄手のものを重ね着する方が調節しやすく快適に過ごせます。

～連休明けの登園～

長期連休後の登園は、疲れもあり心身共に不安定になってしまふことがあります。

- ✓ 朝から健康チェックを行い登園してください。
- ✓ 衛生面の観点且つひっかき防止のため、必ず爪を切って登園してください。

※連休中、感染症にかかった場合は必ずお知らせください。



園でよく起こる

けがの手当て

<擦り傷・切り傷>

流水で洗い流した後絆創膏またはガーゼで保護します。出血が多い場合は止血後に保護します。

<打撲>

傷を確認し、清浄綿で拭いた後氷嚢や保冷剤で冷やします。状況によっては受診をする場合もあります。

<(お友達からの)かみつき・ひっかき>

流水で洗い流し、氷嚢や保冷剤で冷やします。患部の深さや出血状況によっては受診する場合もあります。



4月の報告

今月は発熱や呼吸器症状のある子どもが多くいました。乳児1名突発性発疹という診断、その他のお子さんは風邪という診断でした。

- 身体測定(頭位・胸囲測定):
10日(3-5歳) / 11日(1,2歳) / 12日(0歳)
- 健康診断: 23日(0.1歳)



5月の予定

- 身体測定
8日(3-5歳) / 9日(1,2歳) / 10日(0歳)
- 保健指導: 27日「ケガ予防」(3-5歳)

