

新年度がスタートして、あっという間に1か月がたちました。子どもたちは新しい環境にもだいぶ慣れてきましたが、少し疲れが出てくるころかもしれません。体調管理に注意していきましょう。

新年度、こんなサインに注意

新入園のお子さんはもちろん、新しいクラスに進級したお子さんも、新しい環境で頑張っています。新年度は子どもも、体や心の疲れがたまりやすい時期です。

心の不調が体に出ることもあるので、元気のないときは無理をさせないように注意してください。しっかり受け止めてもらったという安心感が、心を安定させます。



こんなときは……

- きげんがよくない
- 朝、ぐずって「行きたくない」と言う
- 体調が悪い

お子さんを受け止めて

- たくさんスキンシップをとる
- がんばったことをたくさん褒める
- よく話を聴く

目安を守って、元気に登園しよう

熱やおう吐、下痢などからの病み上がりは、家では元気でも、園で長時間過ごすまでには回復していないことはよくあります。そんな時期に無理をすると、ぶり返してかえって長引くおそれがあるので、登園再開の目安を守って、しっかり回復する時間をとってください。

インフルエンザなどの感染症は、登園再開の目安が決まっています。診断を受けたら、園にご連絡ください。登園時に必要な書類があります。
 ＊「お腹の風邪」は、感染性胃腸炎のことです。



おう吐

- 24時間以内に嘔吐がない
- 食べたり飲んだりしても、吐かない

熱

- 24時間以内に37.5℃を越える熱が出ていない
- 解熱剤 24時間以内に熱剤を使用していない

下痢

- 24時間以内に、水のような便が出た回数が1回まで
- 通常の食事を食べても下痢の回数が1日に数回

手洗い

手洗いはかぜや感染症の予防につながります。外遊びの後、トイレの後、食事の前には、しっかり手を洗う習慣を付けましょう。

きれいな手の洗い方

 腕まくりをし、水道水で手を濡らします。	 石けんをしっかりと泡立めます。	 手の平を合わせて洗います。	 手の甲を洗います。
 指と指の間を洗います。	 指先、爪の中を洗います。	 手首を洗います。	 石けんを流し、清潔なタオルで拭きます。

爪はきれいかな？



子どもたちは様々な物に触れるため、爪(つめ)の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。汚れが溜まると炎症を起こし、爪の病気になるので、手洗いで落とすきれいな汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう。



また、爪が長いとどこかにひっかけてしまったり、お友達を傷つけてしまうことにもなりかねません。おうちでは定期的にくってくださいようお願いいたします。

★5月の予定★

- 0歳児健診 5月20日(水)
- 全園児歯科検診 5月27日(水) 8:45～
- 身体測定(頭囲・胸囲測定あります)

ひよこ 5/19(火)	あひる 5/15(金)
うさぎ 5/13(水)	ひつじ 5/14(木)
ろば・はと(男子) 5/20(水)	
ろば・はと(女子) 5/21(木)	

注意事項

- ＊身体測定の日は、正しい身長が測れなくなるので、頭の真上で髪の毛を結ばないでください。
- ＊当日お休みの場合は、後日測定します。