



5月 ほ け ん だ よ り

新宿ベアーズ
看護師
2025年5月1日

5月になりました。ほとんどのお子様が新しい環境に慣れ、新宿ベアーズでの園生活を楽しんでくれているようでうれしく思います。今年の春は冬に戻ったり夏日になったりと気温差が大きく、すでに熱中症発症のニュースもありました。

体が慣れていないため、この時期は気温 25℃でも、熱中症になる場合があります。ご家庭でお出かけの時も水分補給や帽子など、熱中症予防をお願いいたします。また、4月には乳児クラスで風邪が流行しました。免疫がついて徐々に軽症で治るようになってくれるでしょう。そのためにも日頃の栄養、睡眠、手洗いが大事ですね。

ベアーズでは替え歌を歌いながら手洗いを覚えしました。5歳クラスでは手順を番号でできるようになってきました。ご家庭でもいっしょに、楽しくできるといいですね。



手をたたきましょう♪ (替え歌・手洗いバージョン)

①てをあらいましょう♪
(てをたたきましょう)



②ゴシゴシゴシ、ゴシゴシゴシ♪
(タンタンタン、タンタンタン)



手のひらを
洗います



手の甲を洗
います

③ゆびさきもあらいましょう♪キュツ、キュツ、
キュツ、キュツ、キュツ、キュツ♪
(あしふみしましょう、タンタンタンタン、タンタンタン)



指先を洗
います

④パーにしてキュツ、キュツ、キュツ♪
パーにしてキュツ、キュツ、キュツ♪
(わらいましょ、アッハッハッ
わらいましょ、アッハッハッ)

指の間に
洗います



⑤おやゆびもあらいましょう♪
(アッハッハッ、アッハッハッ)



⑥てくびもあらって、バイバイキ
ーン♪
(ああ おもしろい)



1歳でも 花粉症になる？

花粉症になるのは小学生ころからと言われていましたが、最近は少ないながらも1歳過ぎでかかる子もいるそうです。小さい子はつらさを言葉で伝えることができないので、気になる症状が見られたら、一度病院の受診をお勧めします。

気になる症状

水っぽい
鼻水が続く

外に出たときに
目をかゆがる

目がぐじゅぐ
じゅじゅしている

なってしまったら

- 花粉の飛ぶ時期は、布団を外に干さない
- 部屋に入るときは、服に付いた花粉をはらう
- 外から帰ったら、ぬれたタオルで顔をふく

5月の保健行事

- 7日(水)…身体計測 (3・4・5歳クラス)
- 8日(木)…身体計測 (0・1・2歳クラス)
- 15日(木)…全園児健康診断 (9:30～)

4月に園で流行った病気・症状

RS ウィルス	6名
発熱	8名
咳	2名
嘔吐	1名