

ほけんだより 5月号

尚徳福祉会 とちょう保育園

連休中の医療機関検索は、**東京都ひまわり** で。こども電話医療相談は#8000。

4月中は気温差もあり体調が整えにくく、鼻水や咳が出ているお子さんもみられました。5月の気温は平年並みか平年より高い予想です。体が暑さに慣れるまでには1~2週間かかるといわれます。こまめに水分補給しながら、薄着で、体をよく動かし、湯船につかると、汗腺機能を高めます。少しずつ体を慣らしていきましょう。

真夏日に備えてエアコンの試運転もおすすめです。ご家庭でも熱中症対策を！

5月8日から変わります

- 送迎される保護者の方の健康観察チェックシートへのご記入は、終了となります。長らくのご協力ありがとうございました
- 新型コロナウイルスに感染した際の欠席と登園開始等については、新宿区からの指示があり次第お伝えいたします

爪のケアについて

爪が伸びていると、お友だちに手が当たった時など思わぬ傷になってしまうこともあり、集団生活ではケアがとても大切です。

- ①一気に切らず、3~5回程度に分け少しずつ切る。(深爪防止)
- ②角や引っかかりがないよう、やすりで整える。(園は紙やすり400番を使用)

- 毎日就寝前など時間を決めチェック。入浴直後は、爪がやわらかいので避けましょう
- 嫌がる時は、睡眠中のケアがおすすめです



SIDSから子どもを守るために…

SIDS(シズ)は、何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る原因のわからない病気です。令和3年は81名の乳幼児がSIDSで亡くなり、乳幼児期の死亡原因の第3位となっています。

寝かせる時は、あおむけに寝かし、うつぶせ寝をやめましょう。

園でお昼寝中のうつぶせ寝は、都度直しています。ご家庭でも注意して続けていくてください。

うつぶせ寝好きでも、2週間程度で定着することが多いです。



紫外線・虫よけ対策について

暑くなると公園内でも蚊が飛び始めます。各バギーには、園内と同種の携帯虫よけ製品を付けております。個々のお散歩時の虫よけ対策として以下があります。*気温の高い日の長袖着用は、熱中症のおそれがあります*

- 肌の露出をなるべく防ぐ、半袖シャツ・長ズボンの着用
- 虫よけグッズの使用(塗る、スプレー、貼るタイプ等)

貼るタイプは、手の届かない背中等の部位に貼ってください。取れた場合は園で処分させていただきます。ご了承ください。腕につけるリングタイプは、誤食予防のためご利用を控えていただくようお願いいたします。虫よけ剤は揮発することによって効果を発揮しますので…

①UVクリーム ②虫よけ剤 の順番に塗るのが有効です。

登園前にも水分補給をしっかりと。少なめの際はお知らせください。日中との寒暖差があるので登降園時には上着を活用し、園用には半袖や七分袖、薄い素材の長シャツの準備を多めにお願いします。

今月の保健行事

身体測定
0歳児健診