



# ほけんだより 12月号



尚徳福祉会  
とちょう保育園  
看護師

新宿区内の保育園でも手足口病の報告がみられ、夏からウイルス性胃腸炎の報告があったりと近年は感染症の流行時期の変化があります。インフルエンザは、年明けから本格的な流行期に入るとの予測です。予防接種がまだお済みでない方は今月がチャンス！です。

どうかご体調にお気をつけて、ご家族で楽しい年末年始をお過ごしください。

普段と違うお食事をする機会の…**年末年始は特に食品にご注意！**



丸くつるっと、粘着性でもっちり飲み込みづらい(餅・パン)、固く噛み切りにくい食品は**小さくカット、目を離さない、置かない**ようにお気をつけください。

## 教えて、園医さん！



健診時のご質問の回答で、共有できることをご紹介します。

**Q.土日を含めて転んで、ケガやすり傷が多いです。(2歳女兒)**

**A.子どもはまだバランスも悪く、ケガをしやすいです。大きなケガにつながらないように周囲の大人が環境を整え、見守っていきましょう。**

子どもは、頭の比率が大きく身体バランスや身体機能が未成熟で発達途上であり、経験を重ねて体の使い方を学びながら成長していきます。安全な環境でのびのびと体験を積み重ねていくことが大切です。

**おすすめ!** 新宿区保育指導研修では、子どもの転倒・衝突の原因を体験するために東京都版チャイルドビジョン(幼児視界体験メガネ)を紹介しています。子どもの視野の狭さ(水平90° 垂直70°)が体験できます。室内や屋外の環境の安全対策チェックに大人の方がご活用ください。

(東京都福祉局サイト、↑下線のワードの検索で出ます)

今月の  
保健行事

- 歯科健診
- 身体測定
- 0歳児健診

毎日の登園時の手洗いのご協力に感謝いたします！現在都内で警報基準超えのリンゴ病はアルコール消毒が効きにくく、手洗いが有効です。

触りながら学び発達する子どもには  
**感染予防に手洗いがとても大切！**



## ★キラキラ星★で 手洗いを

エプロンシアター  
うさぎ組に手洗い指導に  
行きました～



せっけんを泡立てて・・・

手の平洗おう

手の甲洗おう

指先爪と



指の間も

親指ねじり

最後は手首



特に  
帰宅後、  
トイレ後、  
食事前、

バイキン

## 歯科健診

朝食後の歯みがきをお願いします。  
当日の朝おやつは、お茶のみです。

お口まわりの  
保湿お忘れなく



お腹や  
太腿も！

乾燥による肌荒れが目立つ季節です。  
手や顔や唇、そして鼻水が出る時は、  
頬と鼻まわりの保湿をお願いします。

バイバイ

