



9月のほけんだより



夏が過ぎ、ひと回り大きく、たくましくなった子どもたち。まだまだ続く暑さの中で、元気に遊びを楽しんでいますが、そろそろ夏の疲れが出てくる頃です。保育園ではこれから、プールが終わり、戸外での活動が増えていきます。元気に活動に向かえるよう、今一度、子どもの生活リズムを見直してみましょう。保育園でもしっかりと体調の変化に気をつけて見ていきますね。

9月の保健行事

- 9月2日(月) 身体測定
(2歳児・4歳児・5歳児)
- 9月3日(火) 身体測定
(0歳児・1歳児・3歳児)

☆爪のチェックを合わせて行います。

8月の感染症

発熱	30名
手足口病	15名
マイコプラズマ肺炎	3名
溶連菌	3名
新型コロナウイルス	4名
ヘルパンギーナ	3名
下痢、嘔吐	5名

薄着の習慣は「秋」からスタート

9月も後半になると肌寒く感じる朝が増え、つい子どもに厚着をさせたくくなりますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする

大人より「少し遅く」「1枚少なく！」
大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもは1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。

防災週間 (8月30日~9月5日)

9月1日は「防災の日」です。お盆に南海トラフ地震巨大地震注意報が発令されました。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておくことと安心ですね。

また、はとのさと保育園では毎月避難訓練を行っています。火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、日頃から繰り返しお話し、今後も緊急時に備えていきたいと思います。

9月9日は「救急の日」です。救急とは、急なけがや体調不良の手当をすることです。この機会に、ケガを防ぐために気を付けることをご家庭で話し合ってみてください。お家の中にも事故やけがを招く危険な物がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- 子どもの手の届く場所に置いてはいけない物 (薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など)
- 踏み台になる物はベランダに置かない
- コンセントなどをいたずらできないようにする
- 遊び食べに注意する (食べ物が喉に詰まることがある)
- 浴室には子ども1人で勝手に入れないよう工夫する





8月の5分間保健指導は、「身体の名前・役割」についてお話ししました。体の名前当てクイズをしましたが、ほし組さんぞう組さんはほぼ正解！きりん組さんは初めて聞く身体の名前もあり、興味津々にクイズに答えてくれました。自分の身体にはたくさんの名前がついていて、大切な働きをしています。自分の身体は自分だけの大切な所です。お友だちの身体も大切にしようね。とお話ししました。自分の身体について興味関心を持ち「身体には大事なものがたくさんある」という気づきへのきっかけになってほしいと思います。



ほし組



ぞう組



きりん組



●うさぎ組さん

ぶくぶくうがいの導入をおこないました。まずは『あっぷっぷ』の本を担任の先生に読んでもらい、みんなで『あっぷっぷ〜』をして、お口の中に空気を入れる遊びを行いました。また、お口の中の空気を右のほっぺた、左のほっぺたに移動させ空気で『ぶくぶく・ぐちゅぐちゅ』をしました。9月はお水を使用し『ぶくぶくうがい』をしようと思います。お家でも練習してみてくださいね♪



●ほし組さん

プライベートゾーンについて「水着で隠れるところはなんで大事なのかな?」「なんでお着がえの時パーテーションを使ってるの?」と聞くと『恥ずかしいから!』と伝えてくれる子ども達。

「自分の身体は全部大事だけど、水着で隠れる所のおっぱいは、女の子がお母さんになったら赤ちゃんにミルクをあげるところ。パンツの中は、おしっこやうんちをする道があるよ。ばい菌が入ると大変!ウんちが出ないとお腹が破裂しちゃう。あと、赤ちゃんが産まれてくる道もある大切なところだよ。だから守っているんだよ。」とお話ししています。

たしかに、裸で走り回っていると『恥ずかしいから早く服を着なさい!』と大人が言ってしまうがちですが、『大事な所だから服をきて守ろうね。』と子ども達に声をかけることが出来ると素敵ですね。自分で自分の身体を守るように私たちも声掛けしていきたいと思います。

