

ほげんだより

8月

平成26年8月 あおぞら保育

毎日、暑い日が続いています。夏は暑さのために食欲がなくなったり、冷房のせいで体調を崩しやすい季節です。

家族で山や海、川に行ったり普段できないことに挑戦できる機会でもあります。正しい生活習慣で過ごせるように気をつけて、暑い夏を元気に乗り切りましょう。

0歳児健診

8月22日(金) 14:30~

8月7日 鼻の日

鼻のしくみ

鼻と耳、口、目は、それぞれ管でつながっています。

鼻には、こんな役目があります

- においをかく。
- 吸い込んだ空気の中のホコリなどを取り除く。
- 吸い込んだ空気をあたためる。

泣いて涙がたくさん出ると、鼻涙管を通じて涙が鼻に流れ込むので、鼻水もたくさん出るので。

●鼻血が出た!!



- ①鼻をつまむように押さえ、顔は下を向けさせます。
- ②そのまま5~10分間、安静にします。

●鼻に異物が!!



- 鼻をかむ要領で、鼻からフンツと息を強く吐き出させます。
- ★この方法で取れないときは、耳鼻科へ。

よくあるトラブル解決法

鼻水がないときに練習しておく、コツがつかみやすいようです。

練習しよう 鼻のかみ方

子どもは、耳管が短いので、鼻水が耳に入ると中耳炎を起したり、鼻の奥で細菌に感染し、副鼻腔炎を起すことも。自分で鼻をかむ練習をしましょう。



①口を閉じて、片方の鼻を指で押さえる。

★顔の前に手をおくと、出てくる息が感じられ、分かりやすく、楽しくできます。



②反対の鼻から息をフンツと吐く。

ベビーカーでの熱中症に注意

地面に近く、アスファルトの強い照り返しを受けるベビーカーの中は、かなりの高温になっています。また、日差しをよけるためにレインカバーなどを掛けると、熱がこもって、蒸し暑い状態になることも。ときどきカバーを開けて換気をしたり、日差しの強いときのベビーカー移動は、なるべく避けてあげてくださいね。



7月の感染症

- ～1パンギーナ・・・2名
- プール熱……………2名
- 突発性発疹……………3名
- 溶連菌感染症………1名
- はやり目……………1名



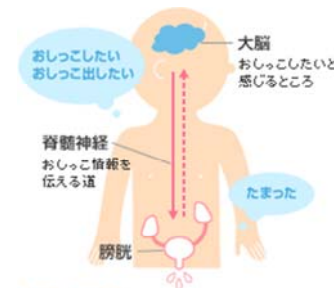
クーラーのつけっぱなし…
寝冷えに注意!!

☆☆☆☆☆ トイレトレーニングのおはなし ☆☆☆☆☆

① おしっこが出る仕組みと脳の発達



赤ちゃんのころ、おしっこがすぐに出してしまうのは…



成長してくると……

- 膀胱が小さくておしっこをためられない。
- 大脳が未発達で、少したまと反射的に出てしまう。

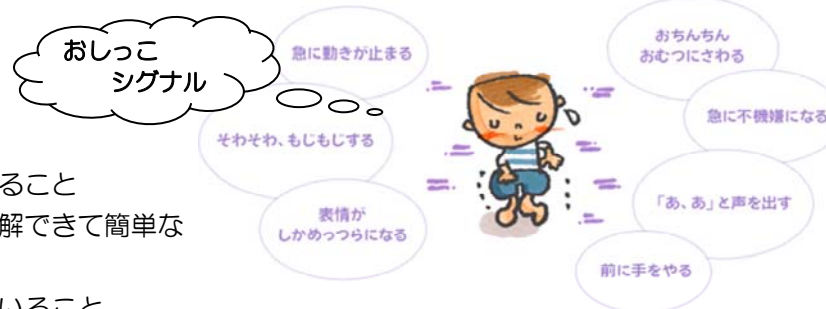
- 膀胱の容量が増えて、おしっこをためておけるようになる。
- 膀胱から大脳へ、「おしっこがたまってきたよ」、大脳から膀胱へ、「おしっこを出して」と情報が出る。

こうなると初めて、子どもは尿意（おしっこをしたいという感じ）を意識するようになり、おむつ離れへの道を歩み出します。

② トイレトレーニングってなあに?

トレーニングといっても、決して訓練ではありません。また、早くトレーニングを始めたからといって、早くおむつが取れるとも限りません。せせせと教えたり、あるいは叱ってしつけても身につくことではないからです。逆に、子どももお母さんもストレスを感じてしまいます。大切なのは、子ども自身がおしっこサインを出してきたらそれを受け止めて、その時々的確に応じあげることです。

例えば、おしっこが出てしまってモジモジしていたら「チッチ出た? 取り替えて気持ちよくしようね」と言葉をかけながらおむつを替えてあげたり、がまんできるようになって出る前にしぐさで示してきたら「トイレでしようか」と誘ってみたりと。おしっこすることは気持ちいいというイメージを伝えることが大切です。



③ スタートの目安は?

- ひとり歩きがしっかりとできること
- 大人の言うことがある程度理解できて簡単な受け答えができること
- おしっこの間隔があいてきていること

トイレ・トレーニングは一進一退、一歩進んで二歩下がるようなこともしばしばです。いったんうまくいったからといっても、そのまま一気におむつが取れるとは思わず、あくまで子どものペースに任せてゆったりと進めましょう。

停滞したり後戻りしたときは、いったんトレーニングを中止して、あらためて時期を見てやり直してもかまいません。むしろ、そのほうがうまくいく場合もあります。

- お休み判断リスト●
- おしっこが出てモジモジしたり、オムツを気にする様子がまったくない。
- トイレに誘うと強く嫌がるようになった。
- オムツを替えることさえ嫌がる。