

ほけんたより 9月

新年度がスタートしてから、あっという間に半分が過ぎようとしています。

子どもたちは、夏の思い出と共に、なんだかたくましくなったような、成長を感じています。ご家族で楽しく過ごせたようですね。

楽しかったプールが終わり、9月からは、いよいよ運動会に向けて練習がはじまります。暑い日が続く中での練習となりますので、ケガのないよう見守ってまいります。

季節の変わり目、体調の変化に気をつけて、元気いっぱい過ごしていきたいと思っております。

平成30年9月号 あおぞら保育園

9月の予定

- ◆保健指導(トイ) ◆身体測定
- 18日ごとり 18日~21日
- 19日はな ◆0歳児健診
- 20日つき 11日 14:30~

8月の感染症

- ヘルパンギーナ...5名
- 感染性胃腸炎...2名
- 溶連菌感染症...6名
- プール熱...1名
- ウイルス性皮膚炎...2名
- 手足口病...1名



トイレトレーニング

◎排尿のメカニズム



私たちの体は膀胱がいっぱいになると「満杯ですよ」のサインが脳に伝わり「尿意(おしっこがしたい気持ち)」を感じます。そして「おしっこを出して!」という指令が脳から膀胱へ伝えられ、指令を受けた膀胱が収縮しておしっこが出ます。この脳と膀胱の関係がしっかり結びつくのが2歳前後と言われています(個人差があります)。意外と複雑な仕組みなんです!!膀胱の機能や脳がある程度発達するまで、とても難しいこととなります。

◎子どものサイン

「急に動きが止まる」「おちんちんやオムツに触る」「プルプルと震える」という行動は、脳と膀胱の間に関係が出来てきて、お子さんが「おしっこ」に気がつき始めた合図です。お子さんの成長に合わせてトイレの存在を伝えトイレトレーニングを開始していきたいですね。

◎こんなときがチャンス

朝の起床時や、お昼寝後で膀胱におしっこがたまっていて、まだおしっこが出ていない時がチャンスです。「チーする?」と声をかけて便座に座らせてみましょう。うまくタイミングが合って出た場合は沢山ほめてあげましょう。「おしっこが出る」「おしっこはトイレでする」ということはまだわからないので失敗しても叱らないでくださいね。ご家庭と保育園で連携をとりながら進めていきましょう。

◎トイレに行くことを嫌がる

便器の感触が嫌な場合は、おまるにしゃがむことから始めましょう。おむつ以外で排尿することに慣れたら次は補助便座(洋式便器に取り付ける子ども用の便座)です。足が床に付かなくて不安な場合は足台を設置しましょう。バランスが保たれて安心です。また、踏ん張りがきくことでお腹に力が入り排泄しやすくなります。トイレの環境もひと工夫して、好きなキャラクターのポスターを貼る、キラキラのモビールを吊るす、明るく楽しい場所にしましょう。

トイレ指導

★園でのトイレマナーで気になっている点は

- ・トイレットペーパーをたくさん出して丸めて拭く。
- ・スリッパがバラバラに散らばっている。

などです。トイレ指導では、やってはいけないトイレの使い方を取り上げ、トイレの正しい使い方を子どもたちに実演してもらいます。

★つき組さんでは、小学校に入学する前に、

- ・和式トイレでしゃがんで用を足す。
- ・立ち便器でズボンを下までおろさずに用を足す。

この2点を練習します。

この機会にご家庭でも、トイレのマナーや和式トイレ、立ち便器の使い方をもう一度、確認してみましょう。



子どもの発達

あれ?うちの子ちょっと...と思うとき。最近よく聞かれる保護者の声です。

- ・運動が苦手。手先も不器用で着替えに時間がかかります
- ・買い物に行くと手を払いのけ、店内を1人でどこかに走って行ってしまいます
- ・もうすぐ3歳ですが言葉が遅いです
- ・集中力がなく、イスに長く座れないので小学校で授業を聞いていただけるか心配です



子どもの発達が気になる時、まずは子どもがどのように育っていくのかその発達のプロセスを知ることが大切です。「この年齢でこんな姿」ということを知っていると、この部分の育ちがゆっくりかもしれない...という見立てができるのです。1歳6か月と3歳健診の節目の健診がある1~3歳に焦点を当てて保護者が気になる姿を見ていきましょう。「できる・できない」を確かめるのではなく、この部分が少し育ちににくいかも...という視点で今、子どもに必要なかかわりが何かを知る手がかりにしてください。

1~3歳の発達過程と気になる姿

	からだ	こころ	こころが気になる
1(歳)	*積み木を2個積み *一人で歩く	*うれしいとき、何かしてほしいとき、大人の顔をのぞきこむ *名前を呼ばれるとマイニングよく反応する	親に甘えてこない。 呼んでも反応がない
1.5	1歳6か月健診	*なぐりかきをする *聞きかたのものを指さして答える	なかなか歩かない、動かない
2	*両足とびや段差からの飛び降り挑戦 *走る	*「イヤ」や、だたをこねるこころが多くなる *「しじや大人の身振りまねる」 *「できた」に大人に報告する	言葉が出ない。しゃべっても単語を言うだけ。
2.5	*スプーンを持って食べる *ズボンやかぶりの着脱をする	*土まぜれを掻く	ひどいかんしゃくで一度怒り出すとなかなか収まらない
3	*手を伸ばすに階段を上る 3歳児健診 *積み木を10個積み	*なんでも自分でやれたがる	動き回り、一時もじっとしていない、すぐどこかに行ってしまう

育ちの様子と関わり方

★動きすぎ、動かなすぎが気になったら

運動機能が著しく向上するこの時期、動きが活発になるのは発達として当然です。あまり気にする必要はありません。ただ、体の内側から突き動かされるように動き続ける、逆に動かなすぎは体の内側の感覚がうまく働いていないことが考えられます。動きたいのに抑制すると余計に動きが激しくなることがあります。まず、動きたい欲求を満たしてあげましょう。体をさすったり、押ししたりして適度な感覚を入れることで動きたい欲求をコントロールできることがあります。

★言葉が爆発的に増える時期です

2歳までに約400語。2歳半までには900語くらい習得します。「ちょっと」「ちゃんと」などあいまいな表現はわからないので言葉かけはシンプルでわかりやすく。

★かんしゃくをおこしやすい

自我の芽生えや自己主張は発達過程ととらえます。しかし、気持ちのコントロールが難しく、状況と無関係に多動で、予測や考えなしに行動を起こしてしまう場合は気になる姿です。事前に予定を知らせたり、かんしゃくが落ち着くまで声掛けを控えます。

*「発達障害のある子を理解して育てる本」参考

・大人にも得意・不得意があるように、子どもにもあります。できないことに注目し、叱咤してできるようにさせるより、出来ていることを伸ばしていき自己肯定感を高めることが大切です。「みんながってみんないい」という気持ちで、私たち職員は子どもたちと接しています。発達・言語に関してご心配な点がありましたら、いつでもお声掛けください。子どもたちが笑顔になるようにサポートして参ります。

おねがひ

- ・運動会の練習が始まります。残暑が続く中での練習になりますので、朝食を必ず摂って登園してください。朝食を摂らない事で気分不快感、嘔吐、頭痛、貧血などの症状が出たり、怪我につながる可能性があります。お子さんの安全のためにもご協力お願い致します。
- ・爪が長いお子さんが増えています。爪が長いと運動会練習で物にひっかけたり、お友達を傷つけてしまうことがあります。お子さんの爪が伸びていないかチェックしてください。切りっぱなしではなく、爪先はヤスリで滑らかにしましょう。