

ご入園ご進級おめでとございます

うららかな春の日差しに、色とりどりの花が咲く季節となりました。「咲」という漢字には、もともと「笑う」という意味があるそうです。たくさん花が咲くように、笑顔があふれる一年でありますように、見守りたいと思います。

新入園児はもちろん、進級した子どもたちにとっても環境が大きく変わる新年度は緊張の連続です。休日は、ゆっくりと過ごせるように心がけてあげてください。

今年度も保健に関する情報を「ほがたより」を通してお知らせいたします。保護者の皆様にはご理解、ご協力の程、よろしくお祈りいたします。

3月の感染症

下痢・嘔吐・・・8名
溶連菌感染症・・・10名

市内の保育園では感染性胃腸炎と溶連菌が流行っています。

～新型コロナウイルス～

日々、感染者が増加している中、見えないウイルスに不安や心配が消えない状況です。

*保育園で検温し、37.5℃以上ある場合は、お迎えをお願いしております。また、ご家族の中で発熱等の症状がありましたら事務所にお声かけください。

保護者の皆様には、感染拡大防止や健康管理等の趣旨についてご理解をいただきますようお願い致します。

爪切りの習慣を・・・

爪が伸びていると細菌がつきやすく、また割れてけがの原因になります。ふとしたことでお友達を傷つけてしまいますので、お休みの日には必ず伸びていないかみてあげてください。

可愛い子どもたちの日々の成長が楽しみです。きっと、1年後には心も体もひと回り大きくなっていることでしょう。保健指導を通して「体の大切さ」を伝え、心身共にサポートします。よろしくお祈りいたします。

看護師 平野理香

4月の保健行事

4月6日～10日 身体測定週
4月16日(木) 0歳児健診

*毎月第1週目 身体測定
*年間を通して幼児対象の保健指導があります。

【過去の保健指導】



★歯科検診のお知らせ★

日時 : 5月7日(木) 9:00開始 *遅刻しないようにお願いします
対象者: 全園児

- ▲ゴム・アルコールのアレルギーがありましたら看護師まで早めにお知らせください。
- ▲歯の萌出や歯並び、虫歯の有無に加えて清掃状況もチェックします。当日の朝は、歯磨きを忘れずにしましょう。
- ▲できるだけお休みをしないようにしましょう。お休みした場合は後日、井上歯科医院で受診をお願いします。



★囁託医の紹介★

- ◎健康診断・0歳児健診
双葉クリニック 松崎 潤 先生(内科)
*先生は温かく子どもたちと接して下さいますので、子どもたちは安心して診察を受けています。
- ◎歯科検診
井上歯科検診 井上 雄進 先生
*小児歯科専門医です。歯の健康と生活の改善についても診て下さいます。

みんなで「あいうべ体操」をしています！！

～免疫力アップ！ 口呼吸から鼻呼吸へ～

【お子さんに、このような症状はありませんか？】

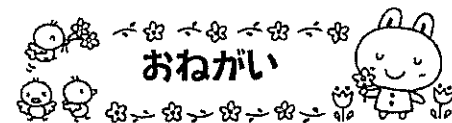
- ・吸えない(種類などがすすれないなど)
- ・そしゃくが上手く出来ず飲み込めない
- ・常に口が開いている
- ・のどの炎症や気管支炎を起こしやすい
- ・感染症にかかりやすい
- ・滑舌が悪い(カ行・サ行・タ行)
- ・言語不明瞭(うまくしゃべれない、舌たらずなしゃべり方)

【あいうべ体操とは】

口を大きく動かすことで衰えてしまった舌の筋力をきたえなおし、本来あるべき位置に戻すための体操です。(右イラスト参照)
感染予防・発語の促し・言語・そしゃく・呼吸などあらゆる効果があります。

【やり方】

1日30回 10×3セットです。食前が効果的ですが保育園では、遊びの中や歌う前の発声練習の時など、楽しみながら全園児で取り組んでいきます。さらに、大人には小顔・ほうれい線にも効果があるので朝・晩にお子さんとスキンシップをとる良い機会なので是非、やってみてください。



※犬・猫のアレルギーや、食物アレルギーなど多様なアレルギーのお子さんが増えています。状況によっては重症化することがあります。保育園に入る時は、送迎の方、園児ではないお子さんも含め、保育園に必要な物は持参しないように御協力の程よろしくお祈り致します。

※マスクの在庫が不足しています。咳が出ているお子さんは、ご自宅からマスク着用をして登園をお願いします。



Q. 口を開いた時の舌の位置はどこ？



A. 舌が口の上側にくっついている①が正しい位置です。
②③は、舌の筋力が衰えたことで本来あるべき位置から舌が下がってきている状態です。

人間本来の鼻呼吸で免疫力アップ あいうべ体操カード 口と鼻呼吸の入口

- あ. 口を大きく「あ〜い〜う〜べ〜」と動かします
●できるだけ大きめに、声は少しでOK!
- い. ●1セット4秒前後のゆっくりとした動作で!
- う. ●一日30セット(3分間)を目標にスタート!
- べ. ●あごに痛みのある場合は、「い〜う〜」でもOK!

お風呂で、トイレで、送迎途中に、親子で、いつでもどこでも思い出したらやってみてください

登園したら・・・

▼お子さんの様子がいつもと違う時は、登園時、職員にお伝えください(直接担任が対応できない場合は、連絡ノートをご活用ください)。また、「前日に病院受診をした」、「頭を打った」、「車のドアに指を挟んだ」など軽いけがや、休日に、嘔吐した、熱が出たなど、どのようなことであっても伝えて頂けると、その後の様子を観察しながら保育が出来ますのでお知らせください。

口と鼻が気になるのか・・・朝の家庭での様子、いつもの状態と違うか、など。

口当日の連絡先・・・何か変化があったとき、すぐに連絡がつくようにお願いします。ご登録の緊急連絡先が違う場合は、必ずお伝えください。

口感染症にかかったら・・・感染症に罹患した時は、園にご連絡ください。チェックボードや入口のモニターにてご家庭にお知らせしています。