

ご入園・ご進級おめでとうございます

さわやかに吹く風の中、色とりどりの花が咲き、いよいよ春らしくなってきました。園庭では、走り回る子どもたちの楽しそうな声が響いています。一年間この子どもたちの元気な声が続くよう、しっかり見守っていきたいと思います。

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「ほけんだより」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、よろしくお願いいたします。

3月の感染症

- 下痢・嘔吐・・・ 8名
- 溶連菌感染症・・・ 7名
- 突発性発疹・・・ 2名



*溶連菌が少しずつ増え始めました。胃腸炎は、家庭内での感染が目立っています。感染拡大防止のために体調の変化はお知らせください。

4月の保健行事

- 4月5日～9日 身体測定週
- 4月13日(火) 0歳児健診
- 4月22日(木) 歯科検診

*毎月第1週目 身体測定

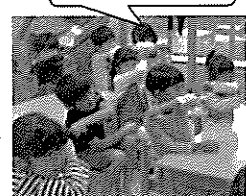
*年間を通して幼児対象の保健指導があります。

手洗い指導



【過去の保健指導】

咳エチケット



★新型コロナウイルス★

変異ウイルスの話題が増え、見えないウイルスに不安や心配が消えない状況が続いています。通常の生活に戻るまでには時間がかかりますが、子どもたちが安心して過ごせるように工夫して保育をおこなって参ります。市内の感染状況については、羽村市公式サイトをご覧ください。

体調管理には十分に注意していただくとともに、以下の注意事項にご理解、ご協力をお願いいたします。

1. 感染が疑われる場合はすぐに園へご連絡をお願いいたします。園児および同居されているご家族や身近な方に陽性者が出た場合は、速やかに園へご連絡をお願いいたします。
2. 家庭内においてPCR検査を受ける場合は陰性・陽性に関わらずご連絡をお願いいたします。
3. お子さんの体調が良好でも同居の家族・きょうだいが体調不良の場合は登園を控えてください。
4. 37.5℃以上の発熱や風邪症状がある場合は登園を控えてください。

おねがい

※犬・猫などの動物アレルギーや、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願い致します。

★歯科検診のお知らせ★

日時：4月22日(木) 9:00開始
対象者：全園児 *遅刻しないようにしましょう。

- ▲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。
- ▲結果は、後日お知らせします。要受診の方は、3カ月以内に受診をお願いします。

歯科検診の様子



★嘱託医の紹介★

【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】

井上歯科医院 井上 雄温 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くださいます。

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。よろしくおねがいいたします。

看護師 平野理香



「あいうべ体操」

～免疫カアップ! 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(麺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)

【問題】下の図①～③のうち、口を閉じた時に、舌の位置はどこにありますか?



【答え】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。

【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りながら是非、やってみてください。



【ことばの相談】

3歳児以降のお子さんの滑舌や訛音(どもり)など、ことばの相談が増えています。特にカ行・サ行の言い辛さは、子どもによく見られる間違いです。成長に伴って治ることが多いです。しかし、4歳を過ぎても発音の癖が残ってしまい、正しく発音ができないお子さんもいます。自然に治らない場合を機能性構音障害(発音の癖)といい、構音訓練(言語聴覚士による発音の指導)が必要になります。練習開始の時期は、年長さんからが適齢です。今月は、小児専門の言語聴覚士の先生がおいでになり、お子さんの発音の状況やアドバイスをいただけます。小学校では、音読の授業やみんなの前で発表する機会が増えます。発音やことば(言語不明瞭・どもり)についてお困りやご心配がありましたら看護師までご相談ください。



人間本来の鼻呼吸で免疫カアップ あいうべ体操カード 口と鼻は病気の入口

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、通勤途中に、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!

登園時...

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(直接担当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。

*どこが気になるのか・・・朝の家庭での様子、寝不足や夜泣きがひどかった、朝食を食べなかったなど。

*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えば、必ずお伝えください。

*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。園のチェックボードや感染症ボードで、ご家庭にお知らせしていただきます。

