



ほけんだより



2022. 2. 1
あおぞら保育園

2022年がスタートして早いもので1カ月。新型コロナウイルスのニュースを見ない日は無く、引き続き警戒をしながらの日々が今後も続きそうです。そんな状況の中でも、日々成長を見せる子どもたちの姿が頼もしく感じられます。感染対策へのご協力をお願いする中ではありますが、引き続き子どもたちを見守っていきたく思います。まだまだ園内は、風邪や感染性胃腸炎などの感染症も流行中です。からだを作るポイントは、「早寝早起き・バランスの良い食事・適度な運動」を心がけて元気に過ごしましょう。

1月の感染症

- 突発性発疹・・・1名
- 溶連菌感染症・・・2名
- 感染性胃腸炎・・・6名

2月の保健行事

- 1日～5日 身体測定週
- 8日(火) 0歳児健診 14:30～
- 14日(月) 歯磨き指導つき
- 16日(水) " はな
- 21日(月) " ことり



☆感染性胃腸炎が流行中!!☆



※毎年10月～2月にかけて感染性胃腸炎が流行します。感染力が非常に強いので、下痢や嘔吐が園内で発症した翌日には、あっという間に子どもや大人にも感染拡大するのが特徴です。更なる集団発生を防ぐため、ご自宅で嘔吐・下痢の症状がありましたら登園を控えていただき、受診をお願いします。その際、感染性胃腸炎が流行している旨をお伝えください。診断がつかましたら、保育園へご連絡をお願いします(お腹の風邪も登園届が必要です)。

◆オミクロン株の急速拡大に伴う保育園の対応について◆



コロナ禍における保育園の運営に、ご理解とご協力をありがとうございます。新たな変異種により市内の感染者も急速に感染拡大しています。羽村市より「オミクロン株の急速拡大に伴う保育施設の利用について」(令和4年1月14日発行)に基づき、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いた場合は、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。

子どもの感染が急増し、羽村市内の保育園でも休園を余儀なくされています。中でも、微熱が続く・下痢症状・頭痛といった初期症状が多いようです。保育中に37.5℃以上の発熱や風邪症状が見られた場合はお迎えをお願いすることがあります。感染から大切な子どもたちを守ってあげることができるのは、私たち大人です。体調に関して登園するかどうか迷ったら、保育園へご連絡ください。

指しゃぶり、いつまで??

★なぜ、指しゃぶりをするの?★

【理由① 実は、ただ遊んでいるだけ!】

生後2カ月～3カ月の赤ちゃんは、指しゃぶりをすることで遊びながら、口で指の感触を学んだり、指が濡れていることを学んだりしています。指しゃぶりは、ママのおっぱいを吸うのと同じで、吸啜(きゅうてつ)反射と呼ばれる、口に入ってきたものを強く吸う反射の一つです。

【理由② 眠たい時や不安を感じている時のサイン】

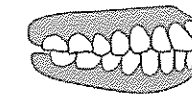
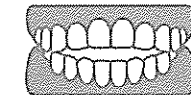
子どもは眠たい時や不安を感じている時に、指をくわえて安心感をしようとします。4・5歳を過ぎてからの指しゃぶりは、何らかのストレスや精神を落ち着かせるために赤ちゃんの頃からの習慣が指しゃぶりの癖として残っていることが多いです。

★3歳を目安に指しゃぶり対策を始めましょう。あなどれない悪影響…理由は4つ★

1つ目は、歯と歯の間に指が常に入っている状態が続けば、噛み合わせ時に上下の歯の間に隙間ができてしまいます。そのため、将来、上顎前突(出っ歯)や開咬になる可能性があります。

開咬・オープンバイト

出っ歯(上顎前突)



2つ目は、うまく発音ができない、舌が舌につけて発音する時、舌が指しゃぶりによって押さえられて、上がり辛くなっているため発音しにくくなります。他には、タ行、チャ行、シャ行が発音しにくくなる可能性があります。

3つ目は、口の中に指を入れるので体内にウイルスや細菌が入りやすくなります。また唾液を介して人へ感染させてしまうリスクが高くなります。

4つ目は、長時間指しゃぶりが続くと、口が常に開いた状態が癖になり、口呼吸となってしまうこともあります。口呼吸になってしまうことによって、感染症にかかりやすくなったり、虫歯や歯周病のリスクが高くなるだけでなく、口臭が強くなったり、無呼吸症候群になるリスクもあります。咀嚼も弱くなり、クチャクチャと音を立てて食べるようになります。

★注意点★

・無理やりやめさせない⇒無理にやめさせたり、何回も強く注意するのは逆効果です。指をしゃぶるのは心理的不安を和らげる行動なので、爪を噛むといった代替行動が起きるか、更に指しゃぶりが激しくなる恐れがあります。

★お家では、どうしたらいい?★

- ・別の遊びを見つける⇒成長とともに色々な事に興味を持ち始め遊ぶようになると指しゃぶりの回数が減っていきます。
- ・スキンシップをとる⇒指しゃぶりをしがちな手を握って親子でスキンシップをとったり、寝る前には手をつなぐ。
- ・代替えとなるもの⇒スクイーズ(スライムのような柔らかくて弾力のあるもの)、手に感覚が伝わる玩具、オイル時計など。
- ・歯並びに影響するため、矯正歯科医や小児歯科医に相談する。
- ・好きなキャラクターの絆創膏を貼る。
- ・楽しんで卒業できるように工夫する。
- ・おしゃぶりやマニキュアは使わない。
- ・生活リズムを整える。

★おススメ絵本★

「ゆびたこ」ポプラ社 くせさなえ 「りゅうがいます」

PHP わたしのえほん ヨシタケシンスケ

※気になる癖を止めるためには直接的には役立ちませんが、笑いで心をちょっとほぐして、助けてくれるそんなステキな絵本です。焦らず、お子さんの様子で楽しんで卒業できるようにしましょう。

