

# ほけんだより 9月号

2020年度 NO.6

2020. 8. 31 発行

せがわ保育園 保健室

去年よりもさらに今年の夏は猛暑でした。子どもたちの楽しみにしていたプールや朝夕の蝉取りも、暑さ指数が高く思うようにできない中、子どもたちは限られた環境の中でも楽しく過ごしていました。今年新型コロナウイルス感染症拡大防止のための自粛期間で、暑熱順化（体が暑さに慣れること）する間もなく、残暑を迎えています。9月は朝夕と日中の気温差が大きく、夏の疲れも出てくる頃で、体調を崩しやすい季節です。元気に活動ができるよう『早寝・早起き・朝ごはん』の生活リズムを見直し、体調を整えましょう！

## 新型コロナウイルス感染症対策 ～じぶんたちができること～

**手洗い** 6月に各クラスで手洗いのお話と練習をしました。日々、保育の中でもこまめに手洗いをしていますが、友だち同士で「おやました？(指の間を洗う)」など声を掛け合う姿があります。また、保護者の方からも「家でも保育園で覚えた手洗いの歌を歌いながら毎日しっかり手洗いするですよ」という声も聞いています。

**飛沫予防** 保育の現場でソーシャルディスタンスを取ることは難しいのですが、歌を歌うときは前を向いて歌う。歯みがきは鏡を見ながら前向きで、うがいの水はしぶきが飛ばないように下の方で出す。咳エチケット。給食の時は特に、小さな声でおしゃべりするなど。先日、顔の近くで喋るお友だちに「そんなに近くで喋ったら、つばが飛ぶよ」と優しく教えてあげるひまわり組さんの姿がありました。

**生活リズム** 『早寝・早起き・あさごはん』を意識して規則正しい生活をしましょう。感染症からからだを守るには、日頃の生活習慣が免疫力を高めます。

※免疫力を高める食べ物については、給食室前に置いてある『食育だより』に詳しく書いてあります。ぜひ参考にしてください。

**体調管理** 箕面市教育委員会からの文書にもありましたように、同居の家族も含め検温と体調チェックのご協力をお願いしています。登園前に必ず検温をしてください。 顔色や食欲など、普段から健康観察を細かく行いましょう。職員も同様に行っています。

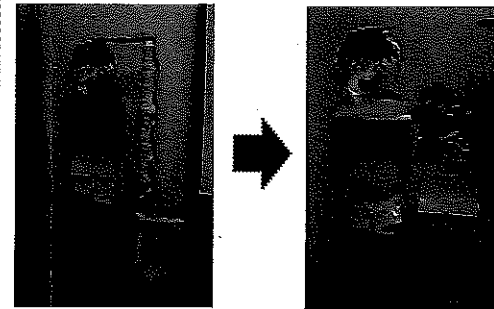
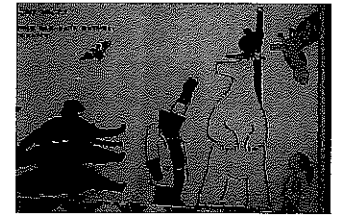
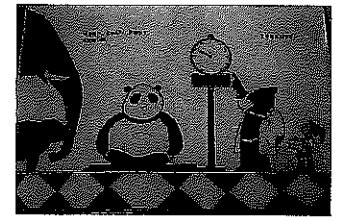
- ◇ 保育園では、子どもがよく触れる場所やおもちゃの洗浄・除菌をしています。
- ◇ 職員はマスクやマウスシールドを使用しています。
- ◇ 熱中症に気を付けながら冷房を使用し、換気も行っています。

## ちょっとドキドキ・・・身体測定

すみれ組以上の幼児クラスでは、自分のからだが大きくなっていることが嬉しくてわくわくしながら、でも一人ずつ前に来てちょっとドキドキしながら身体測定に向かう姿があります。

たんぼぼ、れんげ、つくし組では、まだ慣れない身長体重計に、なんだろう？と興味津々の姿や、なにをするの？と不安になって泣いてしまう姿もあります。そのため乳児クラスでは計測前に、どうぶつが身体測定を受ける絵本を読んでから行っています。みんなこの絵本が大好きで、登場するパンダやシロクマみたいに！と測定器に乗る姿があります。

『どうぶつたいじゅうそくてい』  
『どうぶつしんちようそくてい』→



身長が85cm以上になると、立って身長を測ります。小さいころは寝転んで測っていましたが、臥位タイプと立位タイプの移行期には(まだ小さいけど)「わたしも立って測りたい！」(もう85cm超えてるけど)「まだ寝て測る方もしたい！」といった姿があったため、85cm等身大パネルを作ってみました。「これくらい大きくなったなら寝て測れないから立って測るよ」と説明すると、イメージがもてた様で、笑顔で向かうことができていました。

## 【9月の身体測定の予定】

※予定は変更することがあります

つくし	1(火)	なのはな	16(水)
れんげ	25(金)	あじさい	11(金)
たんぼぼ1	3(木)	ひまわり	3(木)
たんぼぼ2	4(金)		
すみれ1	15(火)	すみれ2	7(月)

※ これから運動会に向けて裸足での外遊びが盛んになります。手足の爪は必ず短く切るようにしましょう！

## 《8月の感染症》

ヘルパンギーナ	1名
突発性発疹	2名
アデノウイルス	1名
とびひ	1名

その他に、咳が長引く風邪や色のついた鼻水がひどい風邪でのお休みが増えています。

## ～秋にも必須！蚊よけ対策～

『蚊』といえば夏のイメージですが、気温が高すぎると活動できないそうです。真夏は早朝か夜に活動していた蚊が、秋には昼間に活動の適温になることが多く、刺されるリスクが高くなると考えられます。もうしばらく蚊よけ対策をしておくことをおすすめします。

とびひ(伝染性膿痂疹)も、油断できません！とびひになるとあっという間からだのあちこちに広がってしまいます。顔のとびひはガーゼで覆うことが難しいので、登園できないケースも多く、特に皮膚のデリケートなお子さんは要注意です。虫刺されや傷が治りにくい時は、早めに受診するようにしましょう。