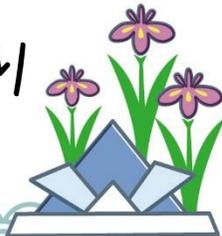




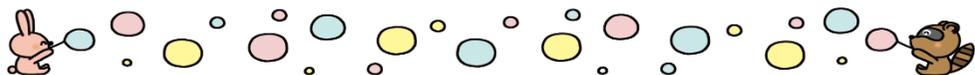
5月 ほけんだより

令和5年5月1日 西保育所



園庭には、「子ども達が元気に育ちますように」と願いを込めたこいのぼりが元気に泳いでいます。新年度が始まって1カ月。新しい環境にも少しずつ慣れ、自分のペースで所生活を楽しめるようになってきました。

しかしこの時期は、体や心に疲れが出て、体調を崩しやすい時期でもあります。気温の変化や体調管理に気をつけ、元気に過ごせるようにしましょう。



爪はきれいかな？



子ども達は様々な物に触れるため、爪(つめ)の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。汚れが溜まると炎症を起こし、爪の病気になってしまうので、手洗いで落としきれない汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう。



また、爪が長いとどこかにひっかけてしまったり、お友だちを傷付けてしまったりすることにもなりかねません。お家では定期的に切ってくださいるようにお願いいたします。

子どもも5月病!?

子ども達も新しい生活に慣れてきたころですが、大人が思っている以上に頑張りすぎてストレスを感じていたり、連休明けにまた気持ちが不安定になったりするお子さん中にはいます。

普段泣かない子が泣く、目をパチパチさせる、今までできていたことが「できない」「やって」など何かと理由を付けて困らせたり、元気がなかったり…子どものちょっとしたサインに「わがまま!?!」というようにとらえてしまうことも多く、大人が見逃しやすい傾向にあります。

子どもも毎日、集団生活の中で、色々なことに挑戦し頑張っています。その頑張りを認め、たくさん褒めたり、いっぱい抱きしめたりすることで満足し、次に頑張れるエネルギーを作り出すことができます。子ども達が心身ともに安定して過ごせるようにほんの数分!?!大好きなお父さん・お母さんからの愛情をたっぷり注いでみませんか?

多分どんな薬よりも効果がきめんですよ!

楽しいあそびが体と心を発達させる

【発達の日安】

0歳	寝返り～おすわり～はいはい～つかまり立ち～伝い歩き
1歳	歩き始める
2歳	走るようになる
3歳	ぶらんこ、三輪車、ボールあそびなどをするようになる
4歳	友達とあそんだり、遊具を使ったあそびを楽しんだりする
5歳	おにごっこ、かくれんぼなど、集団であそぶようになる



小さな子ども達は、身体の異常を自分で伝えることができません。朝、子ども達が起きたら、抱っこしたり、着替えをしたりしながら、体調や機嫌のチェックをしましょう。熱や嘔吐・下痢、湿疹・発疹はないですか?鼻水や咳は出ていませんか?顔色・機嫌は?食欲はありますか?小さな子どもほど症状が悪化しやすいものです。毎朝触れ合いながら「見て」「触って」の確認をお願いします。休むほどではないけど、どこか調子が悪い時は必ず担任にお知らせください。保育所でも丁寧に様子を見ていきます。

☆コドモンでの出欠申請の際のお願い☆

病欠でお休みの際、欠席理由を入力した後、備考欄に現在の子どもの様子(鼻水・鼻づまりがひどく機嫌も悪いため家庭で様子見ます、夜中から咳込みあり受診します、下痢・腹痛を訴えているので受診予定…等)も記入していただくと、どういう状態で休んでいるのか把握できるため、記入のご協力をお願いします。