



令和7年6月2日発行
なかのしまのぞみ保育園

あじさいがきれいに咲く季節となりました。この時期は、急に暑くなる日があったり、肌寒い日があったりと、体調を崩しがちです。バランスの良い食事や睡眠をしっかりととり、元気に過ごしていきましょう。

5月の感染症は突発性発疹1名でした。その他中耳炎が4名。乳児クラスでは新入園児を中心に発熱や咳、鼻水といった風邪症状がみられるお子様が多かったです。集団生活が初めてのお子様は慣れない環境での疲れや免疫力が低いいため体調を崩しやすい時期です。ご家庭でも健康面に気をつけていきましょう。

健診のお知らせ

★歯科検診(全園児対象)

6月11日(水)9時30分～

私用でお休みの方は、歯科健診の時間に登園して頂いて大丈夫です。

★園医健診(たいち・あゆみ組対象)

6月18日(水)14時15分～

※4月のプール前健診が受診出来なかったお友だちはこの日一緒に受診します。



5月の健康集会(幼児対象)

・5月は初めて3者(保育士、栄養士、看護師)連携の集会を行いました。テーマは「早寝、早起き、朝ごはん+外遊び」でした。寸劇だったこともあり「もう1回やって!」というリクエストまで出るほど盛り上がってくれました😊今年度は残り3回ほど予定しているので楽しく学んでくれるといいなと思います。

・2つ目は「プライベートゾーン」について学びました。

3,4歳児は「だいじだいじ どーこだ?」5歳児は「うみとりくのかからだのはなし」という絵本を使用して、自分だけの体大事な場所はどこか、嫌なことをされた時は「やだ!」と言って自分の気持ち伝えても良いことを伝えています。まずは身近な着替えからということで、これから水遊びなどで着替えをする機会が多くなるので少しでも意識して着替えが出来るといいなと思います。



虫歯は食べ方で防ぐ!?

「甘いものを食べると虫歯になる」とよく言われますが、じつは、問題なのは「食べ方」です。食べ方を見直して、虫歯を防ぎましょう。

こんな食べ方が虫歯のもとに

だらだら食べる

遊びながらおやつを食べたり、食後に歯みがきをしなかったりすると、口の中に汚れが長時間たまり、虫歯を招きます。あめやキャラメルなど、長い間口の中に入れたままになるお菓子も要注意です。

やわらかいものばかり食べる

唾液には、口の中をきれいにして歯を守る働きがありますが、やわらかいものはそれほどかまないで、唾液があまり出ません。また、歯にこびりつきやすく、虫歯を招きます。

虫歯を防ぐ食べ方に変えよう!

おやつの時間を決める

時間を決めて、しっかり区切りましょう。甘いものを食べても、その後しっかり歯をみがけば安心です。



よくかんで食べる

よくかむと、唾液がよく出ます。「よくかんで」と言っても、子どもにはわかりにくいので、野菜類や海藻類、きのこ類など、かみごたえのある食材の様子を見ながら取り入れましょう。



水遊びが始まります

子どもたちが大好きな夏がやってきました！園では、気温などを見ながら、安全に配慮して水遊びを始めます。水遊びは、意外と体力を消耗するため、夜は早めに寝かせるなど、疲れを残さないようお願いします。園でも子どもの体調をよく見ていきますが、朝、体調の悪いときは職員に伝えてください。

子どもたちが、安全に水遊びを楽しめるよう、ご協力をよろしくお願いします。



「いつもとちがう」
ことがあったら
お知らせください！

下痢などの体調不良はもちろん、朝起きたときのきげん、顔色、食欲など。



つめは短く切ってください！

つめが伸びていると、引っかかってけがをしたり、お友達をひっかいてしまったり、思わぬけがを招きます。

お休みの日の水遊びは、ここに注意！

必ず大人が付き添って



子どもは転びやすい上に、腕力が弱く自分で起き上がることが難しいもの。水深が浅い水でもおぼれる危険があるので、必ず大人が付き添って見守りましょう。

気温をチェック



暑い日は水遊び向きと考えがちですが、小さなプールでは水がすぐに温まってしまいます。気温や暑さ指数をチェックして、暑すぎる日は注意しましょう。

アウトドアでは

靴やライフジャケットを用意して



川や海で遊ぶときは、子ども用のライフジャケットを着せると安心です。また、川では石やガラスなどによるけがを防ぐために、靴をはかせましょう。

周辺の気象情報をチェック



川では、上流で降った雨やダムの放流などで急に水かさが増えることがあります。海では、遠い台風や低気圧の影響で波が高くなる場合があります。周辺の気象情報をチェックしておきましょう。