



新緑の美しいさわやかな季節になりました。保育園ではお天気と感染症に注意し、出来る限りお散歩や外遊びを取り入れています。日射しが強くなってきたので、紫外線対策や熱中症対策をしていきましょう。

## 子どものけが・事故を防ぐために



保育園では、身体を動かしての遊びや子ども同士のやり取りの中でけがをしやすいため、ちょっとした気遣いや工夫をしてあげる必要があります。

- ★髪の毛：長すぎる髪が目にあたって傷をつけたり、視野を覆ってけがのもとになります。視力の発達に影響することもありますから、前髪で眼が覆われないように気をつけて下さい。
- ★服装：着脱しやすく動きやすいデザインや生地、肌着は年間を通して半袖かランニングがお勧めです。自分で脱ぎ着しやすい服を選びましょう。フードの着いたものは危ないので避け、長すぎる袖やズボン丈、ぶかぶかピチピチの服も子どもには動きにくいものです。
- ★靴：足のサイズは1年間で約5ミリ大きくなりますが、すぐに大きくなるからと大きすぎるものは歩きにくいだけでなく、転倒してけがのもとです。足に合った靴を選びましょう。
- ★爪：薄くて鋭利な子どもの爪は、肌にあたっただけでも傷を作ります。伸びも早いので1週間に1度は切り、周囲はヤスリなどで丸く仕上げましょう。
- ★紐・飾り：袖や裾に紐が付いているものは、からまったり踏みつけたりして転んでしまいます。髪を結ぶ時もゴムだけのほうが安全です。誤飲しにくいものを選んでください。



### 4月～5月の健康

4月は鼻水が出ている子が多く気になりました。区内では、流行には至らないものの胃腸炎やアデノウイルス感染症の報告が続いています。体調管理、手洗い、手指消毒、大人のマスク使用を引き続きお願いいたします。

《発生した感染症や主な症状》

おたふく風邪・突発性発疹・  
アデノウイルス感染症  
発熱 胃腸炎症状



## 虫よけ対策



暖かくなると、特に雨上がりには蚊の発生が多くなり、外遊びの時に蚊に刺される機会が増えます。何度か刺されると蚊に対しての免疫もできますが、赤く腫れたり、引っ掻いてとびひになったりすることがあります。また蚊が媒介する感染症もあります。

毎年園の周囲では蚊が多く発生するので、登園前にご家庭で虫よけをされることをおすすめします。湿疹などで虫除けスプレーが使えない時には長袖長ズボンで対応します。虫除けのプレスレットやシールは危険やトラブル防止の観点から使用を控えて頂いております。

午後外遊び時は、保育園で用意した虫除けスプレーを使います。また、保育室や砂場は蚊取り線香や蚊取りマットなどを使いますが、できるだけ子どもに害の無いように対応していきます。



## 上手な仕上げみがき

### (その1)

少なくとも1日に1回は仕上げみがきをしましょう。

☆仕上げみがきは、寝かせみがきで行います。  
(頭部が安定し、お口の中を隅々まで見渡すことができます。)

☆鉛筆を持つようにして歯ブラシを持ち、軽い力で小刻みに動かしてください。  
(小さめのブラシを使用して、毛先は、歯にまっすぐ当てます)

◆ 歯みがきを習慣づけるために、できるだけ毎日同じリズムで行うと良いです。(時間帯を決めるなど)

次回は仕上げみがきの注意点についてのお話です。



## 尿検査で分かること



幼児組は5月13日に尿検査がありました。結果は後日お知らせします。

尿検査で蛋白・糖・潜血(+)が出たら、次の可能性が考えられます。

- ★蛋白
  - ・一時的なもの：便秘、激しい運動後、食べ過ぎ、緊張している時、寒い環境にいる時
  - ・起立性蛋白尿：立っていて腎臓が圧迫され、うっ血して起こる
  - ・腎炎・ネフローゼなどの腎臓の病気
- ★糖
  - ・一時的なもの：糖分の多いものを大量に食べた後、飲んでる薬の影響
  - ・肥満・高血圧によるもの
  - ・腎性糖尿：腎臓の働きの特徴によって起こる
  - ・糖尿病
- ★潜血
  - ・尿路の異常
  - ・体内で溶血現象が起こっている場合：感染症・毒など



尿検査の結果だけでは、病気だと決められません。主治医に相談してください。

## 化学物質過敏症をご存知ですか？

衣料用洗剤や柔軟剤などに含まれる香料等の特定の化学物質に対して、過敏に反応し、頭痛や吐き気などの症状を誘発される方がいます。

化学物質過敏症は、何かの化学物質に大量に暴露されたり、または、微量だけれども繰り返し暴露された後に、発症するとされています。



保育園は集団生活です。香料の使用を出来るだけ控えるなど、ご配慮をお願いいたします。

《幼児健康教育》 5月は尿検査に関連しておしっこの話と外遊びの勧めです。外で遊んだらチェックする「からだとなかよしーと」を配付するので【ほけんポスト】にご提出ください。子ども達が楽しみなシールを貼ってお返しします♡