

令和8年4月1日
蟹ヶ谷保育園

4月 ほけんだより

新しいお友達 15名を迎えて新年度がスタートしました。ご入園、ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、ひとつ大きくなった！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、とてもうれしく思います。今年も保健に関する情報を「ほけんだより」を通してお知らせしていきます。お子さんの体調や気になることがある時は、いつでも職員にお声かけ下さい。どうぞよろしく願いいたします。

毎朝の健康チェックをお願いします

保育園では、毎朝の健康観察をおこなっています。ご家庭でも毎日検温し、登園前に以下のポイントで、体調チェックをお願いします。気になることがあれば職員、またはコドモンにてお伝えください。

目

- 目やにが増えた
- 目が赤い
- 涙目になっている

耳

- 耳を触る
(気にする素振りがある)
- 耳だれが出る

鼻

- 鼻水・鼻づまりがある
- くしゃみが出る

皮膚

- ポツポツができています
- 水ぶくれや化膿した場所がある
- 赤く腫れている

尿・便

- 回数や状態(色やかたさなど)、におい(すっぱいにおいは消化できてない)がいつもとちがう

目に見える症状がなくても、「いつもより機嫌が悪い」「なんとなく元気がない」など、気がついたことがあったらお伝えください。

爪(つめ)について

爪(つめ)が伸びていると、友達をひっかいてしまったり、折れてしまったりなど怪我の原因になります。また、汚れがたまりやすく不潔になりやすい所にもかかわらず、指しゃぶりや爪を噛むくせがある子どもも多く、汚れたままにしておくとバイ菌を直接取り込んでしまいます。

週に1回は指先のチェックを行うようにしましょう。

爪(つめ)の働き

指先を保護し、手のひら側からの感触を受け止めます。また、爪から健康状態を知ることができます。爪の色、すじや溝など変化があり、気になる時は医療機関に相談しましょう。



爪(つめ)ケアのポイント

爪の手入れの目安は1週間に1回程度です。お風呂上りの爪がやわらかい時が切りやすいのですが、切り過ぎるとバイ菌が入ることがあるので、深爪にならないように、十分に気をつけましょう。やすりでなめらかにすることも大切です。

