

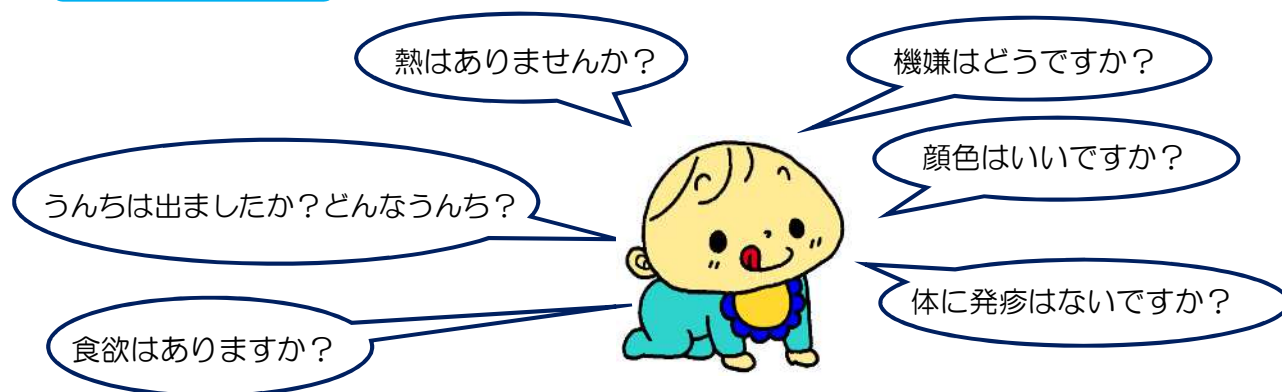


けんこうだより

令和7年4月1日 菅保育園

入園・進級おめでとうございます。初めて保育園に入るお子さんも、進級したお子さんも新しい環境になり、疲れが出たり、体調を崩しやすい時期です。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。

登園前のチェック



<早寝・早起き・朝うんち>

- まず朝起きることから始めましょう。太陽の光を浴びると脳が目覚めて体内時計がリセットされます。
- 朝ごはんは1日の元気の源です。ご飯やパン、卵や肉魚類、野菜、果物等バランスよく食べましょう。
- 朝ごはんの後はトイレに行く習慣をつけましょう。スッキリすると遊びにも集中できます。

<登園時のお願い>

保育園ではいろいろなアレルギーをもったお子さんもいます。飲食物や植物等は園舎内に持ち込まないようお願いいたします。口の中に残っていたり、衣類のポケットに入っていたりすると本人が誤嚥し、窒息等の事故に繋がる可能性もあるので保護者の方が確認してから登園するようにお願いします。

また、子どもの皮膚は薄く傷つきやすいので爪は常に短く切っておいて下さい。伸びた爪は細菌が溜まりやすく病気の元になったり、自分や友達の皮膚を傷つけることにも繋がります。

指しゃぶりはいつまでさせてよいでしょうか

指しゃぶりは吸啜本能を満足させる行為として、また手と足の協調運動の第一歩としての発達意義があります。1～2歳台になると未知の経験の中で不安や緊張が増すときに、指しゃぶりなどの行為が不安や緊張を和らげる効果があります。4歳を過ぎると自ら指しゃぶりを止める子どもも出てきますが、精神発達面、環境面で問題があったり、不安や緊張が強い子どもは指しゃぶりへの依存が見られやすくなります。この時期以降での継続する指しゃぶりは、上の前歯の出っ歯、上下の前歯の間に隙間ができたり、奥歯が横にずれてしまうこともあります。指しゃぶりを止めるためには、口を閉じて鼻で息をすることを教え、また指しゃぶりをしていないときは褒めてあげることは大切です。

菅保育園医 大出 集