ほけんだより5月号

H29年5月12日発行キッズビレッジ

新しいクラスでの生活が始まって１ヵ月が経ち、お友だちと元気に遊ぶ姿が見られるようになってきた反面、体調を崩すお子さんが増えてきました。体調不良時には、ご自宅でゆっくり過ごしましょう。

内科健診の結果について

先月はかまとり園舎の内科健診が行われました。今月、来月にかけておゆみの園舎の内科健診があります。

健診終了後、予防接種等のご指導があり、個別にお伝えしています。

任意接種の水痘、流行性耳下腺炎の予防接種は費用がかかりますが、それぞれの疾患に罹患し、合併症を発症しますとお子様もつらい思いをしますので、接種をお勧めします。

年長さんは、1年間公費で麻疹・風疹の予防接種を受けられますので、忘れずに接種しましょう。

便秘解消は朝が勝負！

便秘がちな子どもが増えています。便秘を解消するには、朝の過ごし方がとても大事です。まず、朝ごはんをしっかり食べること。特に穀類を多めにします。

いっしょに、きのこや野菜がたっぷり入った具だくさんの汁を飲むと、朝の腸が活発になります。

汁物に、乾燥食品である切り干し大根や、干ししいたけを入れると効果倍増です。

また、10分はやく起きて、ゆっくりトイレに入る時間を作る事も大切です。

爪はきれいかな？

子どもたち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うことにもなりかねません。ご家庭では定期的に切ってくださるようにお願いいたします。

4月感染症集計報告

先月は以下の感染症がありました

溶連菌感染症5件、水痘2件、胃腸炎2件

上記の病気以外に、新しい環境の疲れから熱を出したり、鼻水や咳など体調を崩ししているお子さんが多く見られますので休日はゆっくり体を休ませてあげて下さい。

4月怪我集計報告

先月は以下の怪我がありました

擦り・切り傷　3件　　引掻き　2件

環境に慣れ、子どもたちの動きが活発になって怪我が多くなりました。今後も怪我には十分注意して子どもたちが安全に過ごせるように努めていきます