



ほけんだより 9月号



そらまい守谷保育園
令和3年8月27日

まだまだ残暑が続きますが、朝夕の涼しい風に秋の気配を感じるようになりました。元気いっぱい夏を過ごした子どもたちは、夏の疲れが出やすくなる時期です。ゆっくりお風呂に入り、たっぷりの睡眠をとるなどして、体調を崩さないように気を付けましょう。

9月9日は救急の日

ケガ、事故につながらない、備えをしましょう

おうちの中にも事故やけがを招く危険な物や場所がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- ・子どもの手の届く場所に置いてはいけない物（薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など）
- ・踏み台になる物はベランダに置かない
- ・コンセントなどをいたずらできないようにする
- ・遊び食べに注意する（食べ物が喉に詰まることがある）
- ・浴室には子ども1人で勝手に入れないように工夫する



自分の子どもの発育を知り、現在どのくらいのことのできるのかを、把握しましょう。子どもはあっという間に大きくなり、歩き始め、走り、よじ登り、飛び上がり、全てのものに興味を持つようになります。この頃は一生のうちでも、最もケガの多い時期です。子どもは自分で身を守ることはできません。親は日頃から事故が起こることを忘れずに、子どもを事故から守りましょう。

肌着のはなし

肌着を着るオススメのとき

- *寝るとき
- *化繊衣類を着るとき
- *寒いとき

子どもは1日におよそ1000mlの汗をかきといわれています。

肌着を着ることで、汗や皮膚からの汚れや皮脂を吸い取り、肌を清潔に保つことができます。また、体温を一定に安定させる役割もあります。

そして、Tシャツの素材によっては、それが直接肌に触れることで、子どもの敏感な肌に刺激になってしまうことがあります。しかし、肌着ならなんでもOKという訳ではなく、素材によっては、肌着そのものが刺激になって、湿疹、あせもの原因になってしまう場合もあります。肌着の素材としては、肌が敏感な乳幼児には、綿100%の肌に優しいものにするといいでしょ。

近年は、猛暑日が増え、熱中症や体温異常になる子どもが増えてきているため、体温の高い子どもに、暑い夏には肌着を着せない方がいいといわれる事もありますが、園生活では体温調節に気を配り、汗をかいた後、こまめに着替えをしています。また、お昼寝のときは汗をかきやすいので、汗や皮脂の汚れを吸収し、清潔を保つという意味では、肌着はとても重要になります。

