



ほけんだより 12月号



令和3年11月29日
そらまい守谷保育園



早いもので、今年も後1か月となりました。4月開園当初は、未満児クラスの子どもたちは、慣れない環境と集団生活が初めてという子も多く、体調を崩してお休みすることが多く見られました。夏頃からは感染症などの流行もなく、毎日元気に登園してくれました。これから、インフルエンザなどの感染症も流行る時期です。引き続き体調管理には十分気を配っていきましょう。



爪について

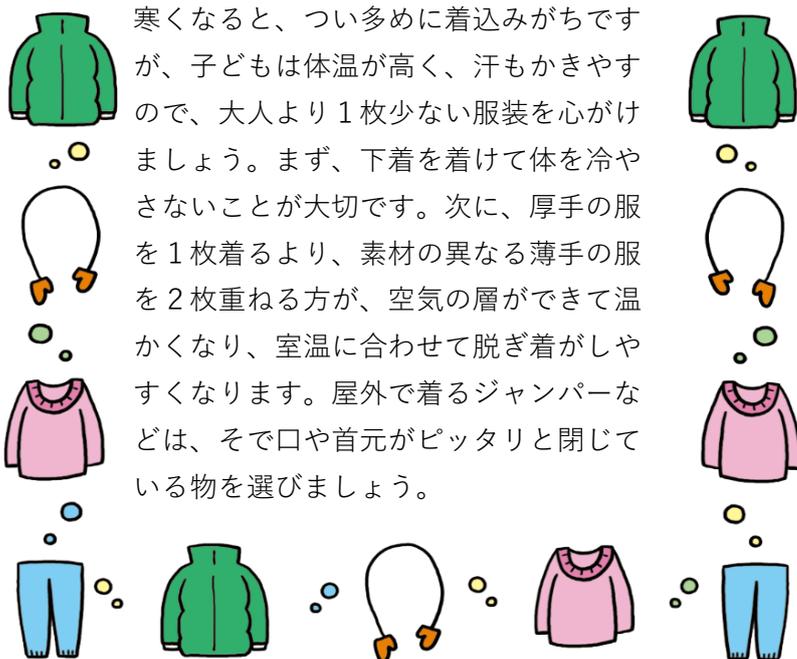
爪（つめ）が伸びていると、友達をひっかいてしまったり、折れたりなどと、けがの原因となります。また爪は、汚れが溜まり不潔になりやすいところにもかかわらず、指しゃぶりや爪をかむくせがある子も多く、汚れたままにしておくとばい菌を直接取り込んでしまいます。週に一度は指先のチェックを行うようにしましょう。

爪ケアのポイント

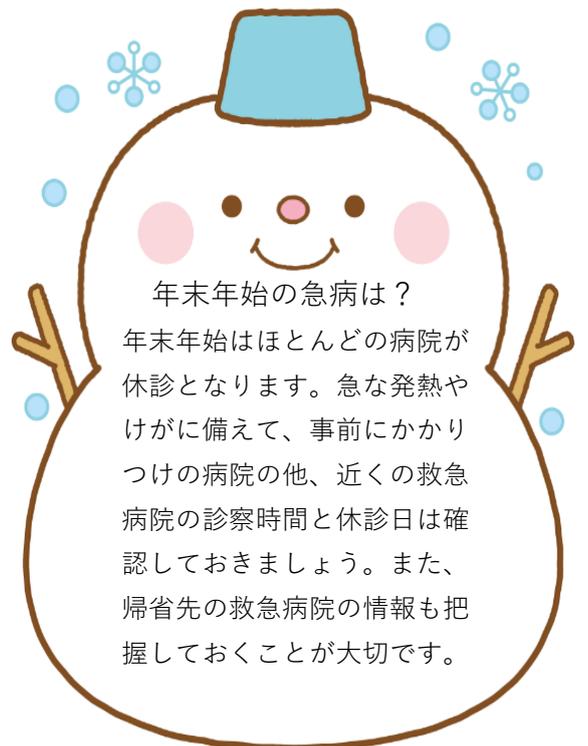
爪の手入れの目安は1週間に1回程度です。お風呂上がりの爪がやわらかい時が切りやすいのですが、切りすぎるとばい菌が入ることもあるので深爪にならないよう、十分に気を付けましょう。



冬の服装について



寒くなると、つい多めに着込みがちですが、子どもは体温が高く、汗もかきやすいので、大人より1枚少ない服装を心がけましょう。まず、下着を着けて体を冷やさないことが大切です。次に、厚手の服を1枚着るより、素材の異なる薄手の服を2枚重ねる方が、空気の層ができて温かくなり、室温に合わせて脱ぎ着がしやすくなります。屋外で着るジャンパーなどは、そで口や首元がピッタリと閉じている物を選びましょう。



年末年始の急病は？
年末年始はほとんどの病院が休診となります。急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院の他、近くの救急病院の診察時間と休診日は確認しておきましょう。また、帰省先の救急病院の情報も把握しておくことが大切です。