



先月末より気温が急上昇する日があり、身体が暑さに慣れるどころか、びっくりしてしまっています。4月からの新生活に疲れが出てきたところに加えてこの気温差ですが、まだまだこれから暑くなっていきます。最近、少しずつ暑さに身体を慣らしていく気候ではなくなってきているため、身体への負担は大きいと考えます。基本の「食う・寝る・遊ぶ・出す」のリズムを整えて身体づくりができるとうれいですね。

咳止めテープではありません！  
気管支を広げるお薬です！！

### 気管支拡張剤(テープ剤)の使用について

喘息や咳が長引いた時に処方される気管支拡張剤のテープ剤。保育所でも使用している子が多くいます。保育園では使用に関して注意していただきたいことがあります。右記内容を再度確認していただき、事故を未然に防ぐための対応であることにご理解ください。



- ・テープに貼った日付と名前を書きましょう
- ・背中など、手の届かない場所に貼りましょう
- ・登所時に、保護者と職員で貼っている部位を目視で確認しましょう



5/1  
あゆみ

\*咳が出ている時は、まずテープ剤を貼るのではなく、受診をして胸の音を聞いてもらいましょう

### 保育園のお昼寝は仰向け寝です

**SIDS (乳幼児突然死症候群)**  
ほとんどの方が聞いたことがある言葉だと思います。まだまだ解明できていないことも多い中、うつぶせ寝は避けた方が良いという考え方は共通認識となりました。保育園では基本的にお昼寝は仰向けで寝ています。寝返りでうつぶせになった子は、プレスチェックで見回りをしている職員が適時仰向けに直しています。気持ちよく眠っている子にとって姿勢を直されるのは不快かもしれませんが、毎日繰り返していくうちに姿勢を直しても起きなくなります。午前中の疲れをリセットする大事な時間、命の安全も見守りながら行っています。



### 鼻水は「かむ」or「吸引する」で除去

風邪や花粉症、鼻水が出る原因は様々です。また鼻水の種類も様々。透明の水っぽいものから、黄緑色のネバネバしたものまで、原因や体調で変化します。現在、保育園では様々な原因で鼻水が出ている子どもが多いです。

子どもたちは、鼻水をかめなくても、吸い込むのはとても上手…吸い込んでいると鼻づまりや中耳炎、風邪が長引く原因にもなります。

年齢に合わせて練習をしていく必要がありますが、十分に自分でできないうちは、医療機関で吸引してもらったり、現在は自宅でできる吸引器もありますので、鼻水を取り除いてあげましょう。



#### 「お鼻スルスル」のやり方



← この方法だと、鼻周りが痛くなく拭いてあげられることができます。ひっばっている時に、奥の鼻水も引っ張られてきますよ。