

ほけんだより 4月

社会福祉法人杏樹会
あゆみ保育園

ご進級、入園、おめでとうございます。

桜満開の中、たくさんの元気な子どもたちを新たに迎え新年度がスタートしました。

保育園では、ご家庭と保育園が同じ目線で子どもを見守っていきます。子どもの体調等を見るにあたっては、「食う、寝る、遊ぶ、出す（排泄）がいつもと同じ」が合言葉です。

身体のこと、成長のこと、健康に関することなど、病院に行くまでもないけど気になることなど、いつでもお声かけください。

登園のめやす☆元気のめやす

- 食事が摂れている
- 睡眠がとれている
- よく遊べている
- 排尿、排便がある
- 平熱である

左記は保育園のしおりに掲載しています。

体調がいまいちすぐれない時、これらの何かがいつもと違うことが多く、子どもからのサインと考えられます。大人はこれを『だるい』『本調子じゃない』と表現できますが、まだ子どもには難しいですね。

また、体調不良でお休みし、熱は下がった、下痢は止まったと症状が落ち着いても、このめやすまで体調が回復してからの登園再開が望ましいです。十分に体調が回復していない状態で登園を再開すると、ぶり返してしまうことが多く、結果、長くお休みをすることになってしまう子を多く見かけます。

子どもはたくさんの風邪にかかりながら、身体が丈夫に育っていきます。

1年を振り返った時、「そういえば、お休みしなくなった」「保育園から連絡がなくなった」と実感しているご家庭がほとんどだと思います。子どもがつらそうにしている姿は、できるだけ短い期間で終わらせてあげたいものです。

保健指導 ～自分のからだに興味を持ち、大切にできるように～

年間を通して、季節や年齢、クラスの状況に合わせた保健指導を行っています。

子どもは自分の身体に興味津々です。自分で少しずつできることが増えてくると、見よう見まねで行っていたことも「なんで？」「どうして？？」とその理由や根拠を知りたくなっていきます。

とても大切な成長の一つです。この気付きに大人がどう答えるか、正しく伝えられるかがとても大切だと考えています。

鼻かみ指導 たんぽぽ組さん

鼻をたらしっぱなしじゃダメなことは知っているのに、「苦しいから」「息ができないから」と鼻をかむ理由を教えてくださいました。

それではと、絵本の題名を読みあげると「はなくそ」の言葉に大爆笑。でも、鼻水はばい菌を身体に入らせないようにしてくれているんだと知ると、子どもたちの顔が真剣モードに切り替わりました。早速、鼻水が出る子は鼻をかみに席を立ち、たちまちティッシュの前には行列ができました。鼻をかむ技術は、その感覚を自分で獲得するしかないので、おもちゃを作って体験。上手に膨らませました。なんとなくですが、鼻をたらしっぱなしの子が減ったような…気がしています。

おしりふき指導 ひまわり組さん



もうそんなこと自分でできるよ～と始まったおしりふきの指導。絵本も余裕の表情で聞いてくれます。読み終わったあと、「うんちはどこからでてくるでしょうか？」とズボンの上から肛門の位置を確認。

全員正解！とても素晴らしい！！

自分の身体をよく知っている証拠です。おしりふきも、左記の鼻かみと同じく様々な技術が必要です。肛門の位置を手で確認できることもその一つです。

トイレットペーパーの扱いがなかなかうまくいかないようなので、長さやカットの仕方、たたみかたを確認しました。家に帰ってからの様子はいかがですか。自分でできるよ、自分でやってみるよの気持ちがとても大切です。上手にできるようになるのはこれからでOK。

…なんでうんちのあとに、おしりふくの？の質問に、「パンツが汚れるから洗うのが大変！ママが」と即答続出！それも正解だけど、うんちがいつまでもおしりについてるとかゆくなっちゃうからキレイにしようねとお話しました（笑）

