



ほけんだより

2024年5月
ミアヘルサ保育園ゆらりん仙川
看護師

新年度がスタートして、あっという間の1か月でしたね。子どもたちは新しい環境にもだいぶ慣れ、少しずつ自分のペースで保育園での生活を楽しめるようになってきました。連休明けは、少し疲れが出てくるころかもしれません。十分な睡眠と休養をとるようにして、体調の変化を注意深く見ていくようにしましょう。

新年度、こんなサインに 注意

新入園のお子さんはもちろん、新しいクラスに進級したお子さんも、新しい環境でがんばっています。**新年度は子どもも、体や心の疲れがたまりやすい時期**です。

心の不調が体に出ることもあるので、元気のないときは無理をさせないように注意してください。**しっかり受け止めてもらったという安心感が、心を安定させます。**



こんなときは……

- きげんがよくない
- 朝、ぐずって「行きたくない」と言う
- 体調が悪い



お子さんを受け止めて

- たくさんスキンシップをとる
- がんばったことをたくさん褒める
- よく話を聞く

つめの伸びすぎ・切りすぎはトラブルのもと

長すぎるとひっかきやすい

子どもの皮膚は薄いので、つめが伸びていると肌をかいたときにひっかいて傷になることがあります。また、つめが衣類などに引っかかりやすくなります。1週間に1回、つめをチェックして整えてあげましょう。



特に足の指は巻きづめになりやすいので、切りすぎに注意しましょう。

短すぎると巻きづめになりやすい

つめを短く、丸く切りすぎると、つめの両端が皮膚に食い込む「巻きづめ」になりやすくなります。

つめの白い部分を少し残して、まっすぐに切りましょう。角は切り落とすのではなく、やすりで丸く整えます。



【4月の感染症情報】

コロナウイルス感染症	1名
感染性胃腸炎	1名

5月の園医健診：5/14（火）全園児

※何かご相談などがございましたら職員までお声かけ下さい。

