

みみちゃん通信 NO.3 岐聖大心ぞく幼稚園 発行

いよいよ梅雨の季節を迎えました。温度・湿度とも高くになり、また天気が変わりやすいこの時期は、もっとも体調を崩しやすくなります。過ごしやすい環境づくりに心がけ、お子さんの様子の变化に気を配っていきましょう。



知っておきたい子どもの健康管理 基本は「いつもと違う状態」に気づくこと。そのためには「いつもの状態」を把握しておくことが大切です。変化や異常が見られた時には適切な対応ができるようにしましょう。子どもの体調チェックポイントをご紹介します。

1. **ごきげんは?**・・・いつもより何だか元気がない、ちょっと不機嫌そうな様子が見られたら要注意。様子を見守りましょう。
2. **顔色と表情は?**・・・顔が赤い、青白いといった場合は発熱していたり、体調不良なこともあるので、熱を測ってみましょう。
3. **肌の状態は?**・・・いつもはない発疹が見られたら、検温し、熱があれば病院へ。そのとき流行っている感染症があれば特に注意して症状を確認しましょう。
4. **便や尿の様子は?**・・・毎朝、排尿便の状態を確認し、便の色や硬さ、回数や量にも気をつけましょう。
5. **熱、せきは?**・・・顔がほてっている、手が熱いという場合は検温をしましょう。せきだけで熱がなく元気な時はしばらく様子を見て、ひどくなるようであれば病院に受診しましょう。
6. **体の動きは?**・・・いつもに比べて足取りが重い、だるそうという時は検温などひととおり体調のチェックをした上で、その日一日注意をして見守るようにします。

この時期、幼稚園では 園児の尿検査を実施したり、校医さんに来ていただき、歯科検診や内科検診を行ったりしています。

また、保護者会でも希望者を対象に日本赤十字社から講師を招いて「すくすく子育てサポート講座」を開き、子どもに起こりやすい事故の予防や対処方法や救命処置などについて学ぶ機会をもっています。

6月4日は虫歯予防デー 虫歯予防の第一歩は歯磨きの習慣づけから食後に磨く習慣をつけ、仕上げは必ずお母さんがお膝の上でやってあげるようにしましょう。

正しく磨くためのポイントは

- ① ブラシやグリップの形がシンプルで小さめの歯ブラシを使いましょう。
- ② 磨く面に直角にブラシを当てましょう。
- ③ ブラシは柔らかい力で、できるだけ細かく動かしましょう。
- ④ 1本1本磨くつもりでやりましょう。



もしかして・・・むし歯? むし歯があると食事中にこんな様子が見られることもあるので、お子さんの様子にはご注意ください。



いずれ生え変わる乳歯といえども食物の消化吸収、あごの発育、正しい発音を覚えるためにもむし歯をつくらないようにし、健康な状態が保てるよう心がけてください。
(学研ほけんだより 12か月より)