



ほけんだより

R8.10.1 看護師

猛暑も少し和らぎ、朝夕は涼しく感じられるようになって来ました。もうすぐ待ちに待った運動会！園庭では子どもたちが運動会の練習を頑張る様子が見られます。ご家庭では、疲れて寝てしまうお子さんもいらっしゃると思います。しっかり栄養と休息を取って、運動会に元気に参加できるようにしましょう！

子どものころ（保育園の時）に身に付けておくと、将来必ず役に立ちます。お家でもぜひ取り組んで行きましょう！

<基本的な生活リズム>

- 「あ・は・は」あ さごはん、は やね、は やおきを心掛ける。
- 食後の歯磨きができる。（仕上げ磨きもお願いします）
- テレビ、ゲームの時間を家族で決める。
- 自分の荷物を片付ける。



<あいさつ・返事>

- 「おはよう」「行ってきます」「おやすみなさい」がお家でも言いあえる。
- 「ありがとう、ごめんなさい」が言える。
- 「はい」と声に出して返事ができる。

<話す・聞く>

- 思っていることを言葉で伝える。
- 話している方を見て話を聞く。



<学び方>

- いろいろな遊びを楽しむ。
- 身近な大人と一緒に絵本に親しみ、想像を豊かにする。

心も身体も健やかに育って欲しいですね。



薄着の習慣は秋からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたりしますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



大人より「少し遅く」「1枚少なく」!

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもは1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。



10月27日（火）12:30～

ほし組のお友だちを対象に、合志市から派遣された歯科衛生士による歯についての講話やフッ化物洗口のフォローアップ指導があります

<9月の感染症状況（9/1～9/30）>

ひかり：手足口病1名 発熱3名 風邪5名
ヘルパンギーナ1名 RSウイルス感染症1名
胃腸炎（含む嘔吐）3名
にじ：発熱4名 風邪2名 RSウイルス感染症2名
ヒトメタニューモウイルス感染症1名 手足口病1名
そよかぜ：発熱3名 溶連菌感染症1名
アップル：風邪2名 発熱1名 胃腸炎1名
ブレインフルエンザ1名
チェリー：溶連菌感染症1名 胃腸炎2名 発熱1名
オレンジ：発熱1名 胃腸炎1名 風邪1名