

ほけんだより



はなもも保育園
看護師

まだまだ残暑厳しい中、一生懸命練習に取り組み、うんどうかい本番を迎えた子どもたち。疲れもたまり、また昼夜の寒暖差に体調も崩しやすくなっている事かと思えます。十分な休息をはさみながら、日々の生活を送りましょう。

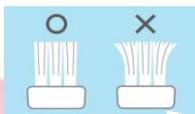
今日は何の日？

11月8日は「いい歯の日」

自分で歯みがきをする子どもが増えてきたと思います。自分でみがける子ども、仕上げ歯みがきをしてあげると虫歯予防になります。

歯ブラシの交換時期はいつ？

ずっと同じ歯ブラシを使っていると次第に毛先が開いてきます。それでは汚れを落としきれませんので1か月に1度は点検をしてみましょう。毛先が開いてきたら交換時期ですよ。早いペースで毛先が開いてしまう子は、歯みがきの時に力が入りすぎているかもしれないので1本1本を丁寧に磨いてみましょう。



薄着・重ね着で元気に過ごしましょう

寒いとつい厚着をさせたくりますが、薄着で寒さや外気を感じることで、寒さへの適応力がつきます。また、セーターやフリースなど厚いものを1枚着せるよりも、重ね着をする方が空気の層が厚くなり、暖かさがアップします。

肌着を着せましょう

冬でも遊びなどで汗をかきます。綿の肌着を着せてください。

薄着の重ね着で体を温かく

長袖シャツの上上半袖Tシャツなどを着せ、外出時はセーターやカーディガンなどという具合に衣類を重ねると温かく、調節もしやすいです。



11月

- | | |
|--------|--------------------------|
| 6日(水) | 手あらい・うがい教室
(たんぽぽ・つぼみ) |
| 7日(木) | はなももカフェ |
| 8日(金) | 手あらい・うがい教室
(すみれ) |
| 15日(金) | はなももカフェ |
| 日未定 | 後期尿検査 |



目のけんこう教室をひらきました

動画やゲームが身近になったり、食生活も変わってきたこの頃…
どんなことが目に良いかな？どんな食べ物が目に良いかな？
目の体操なども取り入れ、一生懸命に取り組んでくれた子どもたち。
ご家庭でもぜひ、お話を聞いてみてくださいね♪



けんしんのようす

挨拶がきちんとできたり、自分で受け答えをして、とっても成長を感じる診察となり、担当医師もとても感心してくれていました！
小さなお友達も、みんな泣かずに頑張りました☆



キッズケアだより

10月の利用者数(31日時点)

病児 31名
(手足口病・ヘルパンギーナ・外科的病変など)

体調不良 39名
(発熱・発疹など)

予約時間 平日 8:00~18:00

利用時間 平日 8:00~18:00
(うち最長8時間)

※当日利用の受け入れは、9:00以降となります。

