

新年度がスタートして、あっという間に1か月が経ちました。子どもたちは新しい環境にだいぶ慣れてきましたが、連休明けは疲れが出てきやすい時期です。夜はしっかり睡眠をとるようにして、体調の変化を注意深く見ていきましょう。

ココもチェック! 子どものけが!

□ 爪は短く 角はやすりで削って
 子どもの爪は薄く、ちょっとひっかいただけでも皮膚に傷がついてしまいます。手足の爪を1週間に一度チェックして、整えてあげましょう。



□ スポンの裾はくるぶしまで

小さな子どもは、頭が重く、体のバランスが悪いので転倒が多いです。特に、0~2歳児はまだ脚力が弱いので、ズボンがまわりついたり、裾を踏んだりすると危険なので、過ぎず、丈の合ったズボンをはかせましょう。



□ サイズの合った靴を

足の大きさより5mm程度の余裕がある靴を履かせましょう。



子どものけがを防ぎましょう

新年度、こんなサインに注意

新入園児はもちろん、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。気になる様子があれば、担任にお伝えください。

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

気持ちよく過ごす

服のポイント

春先から梅雨の時期は、暑いぐらいの日も、肌寒く感じる日もあり、朝と日中の気温差が大きい日がしばしばあります。寒いと心配になりますが、子どもは体を動かすとすぐに暑がるもの。園には、重ね着ができ、こまめに調節できるものを用意してください。

上着は重ね着で

気温差の大きい時期は、厚手のものを着せるより、長そでシャツの上に、半そでシャツやベストを重ね着するほうが調節しやすく、快適に過ごせます。

タイツは避けて!

手や足先は体温調節を担っていて、汗をたくさんかきます。園では、タイツは避けてください。

着替えには長そでと半そでを

気温やその日の活動に合わせて衣類を選ぶよう、園の着替えには長そでと半そでの両方の衣類を用意してください。



内科検診のお知らせ

5月18日に今年度1回目の内科検診を行う予定です。

今年度も去年同様トミタこどもクリニックにお願いすることになりました。

当日はなるべく登園していただくよう、ご協力をお願いします。

後日「健康調査票」を配布いたします。

