

ほけんだより



梅雨の時期に入りましたね。この時期は高温多湿になる上に、身体が暑さに慣れておらず熱中症になりやすい時期でもあります。お子様が元気に過ごせるようご家庭でもできることから取り組んでみましょう。

熱中症に注意しましょう

- 早寝早起きで生活リズムを整えましょう。
- 朝ごはんを食べましょう。
簡単なものでもいいので、食べる習慣をつけましょう。
- 冷たいものや水分の摂り過ぎに注意しましょう。
- 吸水性・速乾性のある服がおすすめです。

6月14日(水)内科健診 / 21日(水)歯科健診

6月は内科・歯科健診があります。健診前に聞いておきたいことがありましたら、連絡ノートか職員にお知らせください。

6月4日～ 歯と口の健康週間です。乳歯の虫歯予防は健康な永久歯が生えるためにも重要です。虫歯で抜けてしまうと食べることに支障が出るため体の成長にも影響します。小さいころから歯磨きの習慣をつけて守りましょう。歯が生える前は、離乳食後に白湯やお茶をおすすめします。



「新型コロナウイルス5類移行による対応」について

5月8日から新型コロナウイルス感染症が5類感染症に変更になりました。わんぱく保育園での主な対応は以下の通りです。

- ✓ 感染した場合はインフルエンザ等と同様に意見書の提出をお願いします。
- ✓ 陽性者の行動制限は発症翌日から5日間、かつ、症状軽快から24時間経過するまで(推奨)となります。
- ✓ 同居家族の外出自粛は求められませんが、特に5日間は体調に注意をお願いします。
- ✓ 6月より職員のマスク着用は個人の判断によるものとします。
- ✓ その他不明な点がありましたら園へ相談をお願いします。

6月の身体測定予定
20日(火)

身長・体重の計測は、毎月行います。
結果を身体測定表に記入しています。



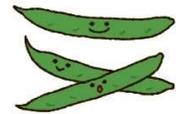
5月の感染症

RSウイルス

りす 1名

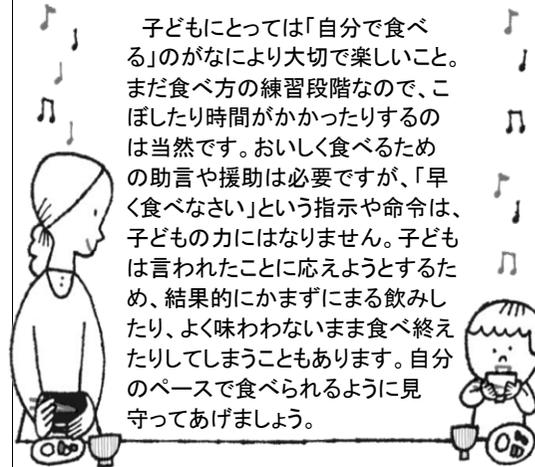


きゅうしよくだより



「早く食べなさい」と言いませんか？

子どもにとっては「自分で食べる」のがなにより大切で楽しいこと。まだ食べ方の練習段階なので、こぼしたり時間がかかったりするのには当然です。おいしく食べるための助言や援助は必要ですが、「早く食べなさい」という指示や命令は、子どもの力にはなりません。子どもは言われたことに応えようとするため、結果的にかまわずにまる飲みしたり、よく味わわないまま食べ終えたりしてしまうこともあります。自分のペースで食べられるように見守ってあげましょう。



食中毒に注意！ 手洗いはかかさずに

じめじめとした梅雨が続き、気温の高いこの時期は、細菌の繁殖に適した条件が揃い、食中毒が増える季節です。食品管理に注意することはもちろん、子どもたちに下痢や腹痛、嘔吐などのつらい思いをさせないためにも、手洗いを徹底させましょう。食中毒予防の基本は、「菌をつけない」こと。トイレの後や食事の前には、必ず石鹸で手を洗う習慣を守ることが大切です。

おすすめメニューレシピ 《スタミナ納豆》

■材料(4人分)

ひきわり納豆	108 g	にんにく(みじん切り)	2 g
鶏ひき肉	80 g	しょうが(みじん切り)	3 g
葉ねぎ(小口切り)	20 g		
ごま油	6 g		
砂糖	2 g		
しょう油	7 g		
みりん	4 g		
酒	4 g		



■作り方

- ① フライパンにごま油を熱し、しょうが、にんにくを香りが出るまで炒める。
- ② ①に鶏ひき肉、Aを入れ炒め、さらに葉ねぎを入れ、しんなりするまで炒めボールに移し冷めます。
- ③ 冷めたら納豆を入れ、混ぜ合わせて完成。

(にんにく、しょうがはチューブでもOKですが、その場合はひき肉を炒める時に入れて下さい)

6月の交通安全

6月7日(水) 交通安全指導

園外への散歩も多くなり、安全対策に心がけねばなりません。信号機のない横断歩道は、運転者に手を上げる、手の平を見せる等の意志を明確に伝えたいと思います。安全を確認してから横断をする、横断中も左右の安全を確かめる等、習慣になるように努めましょう。

