



保健だより

キッズアカデミー保育園 25年度・5月号

こいのぼりが気持ちよさそうに泳ぐ、さわやかな季節になりました。新しいお友だちも少しずつ保育園に慣れ、庭で駆け回る姿が見られます。新しいクラスになって1か月。緊張しそろそろ疲れが出ている子ども達もいるようです。ゴールデンウィークを利用し、十分疲れをとって、休み明けは元気に過ごしましょう。

●●風疹について（三日ばしか）●●●●

（「風疹」が大流行。注意報が発令されています。）

- 今全国的に風疹が流行っています。
- 子どもにはMRワクチンがありますが、ワクチン接種がもれている学童や中学生・高校生がいます。
- もう一度確かめて下さい。大人もこれから妊娠の可能性のある人、子どもと接触する機会が多い人は抗体検査をして、抗体がなければ予防接種をした方が望ましいです。
- 大人が風疹にかかると重症になります。



●●予防接種●●●●

わが国の予防接種は、ここ数年で様変わりしています。諸外国では普通に接種されているワクチンが認可され、助成制度が拡大したからです。今ではワクチンデビューは生後2か月です。赤ちゃんがかわいそうではなく、乳児期早期に罹ると重症化する病気から赤ちゃんを守るために必要なのです。

1歳までに接種するワクチンはヒブ（3回）、小児用肺炎球菌（3回）、B型肝炎（3回）、ロタ（2回または3回）、DPT-IPV4種混合（3回）、BCGと沢山あります。できるだけ早く免疫をつけるには、同時接種は避けられません。日本小児科学会も、同時接種で早期に免疫をつけることを推奨しています。同時接種は安全に受けられます。

✿子供のけが、事故を防ぐために✿

★ひも・飾り

袖や裾にひもがついているものは、絡まったり踏みつけて転んだりします。くつや髪を結ぶものについている飾りで、接触時にけがをした報告もあります。髪を結ぶときはゴムだけが安全です。

★髪の毛

長すぎる髪が目にあたっけ傷をつけたり、視野を遮ってけがの元になります。視力の発達に影響することもありますから、前髪で目が覆われない様子を付けて。

★爪

薄くて鋭利な子どもの爪は、肌にあたっただけでも傷を作ります。伸びも早いので1週間に一度は切り、周囲はやすり等で丸く仕上げてください。

★服装

着脱しやすく動きやすいデザインや生地、下着は年間通して半そでやランニングがおすすめ。

★くつ

足のサイズは1年間に約5ミリ大きくなりますが、すぐに大きくなるからとゆるすぎるものは歩きにくいだけでなく、転倒してけがの元です。



ゴールデンウィークの過ごし方

この連休は子供たちの成長をおじいちゃんやおばあちゃんに見ていただく帰省や、旅行などを計画されている方もあるでしょう。くれぐれも無理のない計画を立て、登園の前日は家でゆっくり過ごし、休み明けに疲れが残らないよう配慮しましょう。

休みの日の過ごし方

日頃保育園で過ごす時間が長い分、休みの日はゆっくりくつろげる時です。家族そろってどこかへ…と思いがちですが、のんびりと家の近くを散歩したり、ボール遊びや手作りおもちゃを作ったりも案外いいものです。子供の生活リズム（園生活でのリズム）に合わせましょう。お昼寝の時間もとりましょう。