

9がつのほけんだより

令和3年9月1日発行
明照保育園
たんぼぼルーム

朝夕過ごしやすくなってきましたが、日中は湿度が高く蒸し暑かったりと衣類の調整や体調管理に戸惑うこの頃です。また9月は夏の疲れが出て体調がくずれやすい時季です。生活リズムを整え、子どもも大人も元気に過ごせるようにしていきたいですね。

救急の日 9月9日は救急の日です。

ご家庭に救急箱はありますか？ お子さまがけがをしたり、具合が悪くなった時にすぐ使えるように準備しておきましょう。

- 中身を点検しておきましょう（薬、ガーゼ、テープ、爪切り、ピンセット、ばんそうこう、体温計、脱脂綿、綿棒、包帯、はさみ、は入れておくに便利です）。
- 薬の使用期限は1年に1度は確認しましょう。
- 消耗品は使ったら買い足しておきましょう。



発熱が増えてます！

8月中旬より、発熱による欠席や早退が増えてきております。検査しても異常がないことが多いようですが、身体の小さい子どもは、体力の低下が著しいので、発熱の際は、ゆっくりと静養しましょう。

また、秋田県でも、新型コロナウイルスの感染者が毎日確認されるなど、気の抜けない状況となっています。新型コロナウイルスの変異株（デルタ株）は、子どもから大人への感染の報告が増えてきています。今一度、感染対策をしっかりとし、「うつらない・うつさない」を心掛けましょう。



足の爪が起き上がり、ささくれのようになっていませんか？
確認してみましょう！

くつ選び方

子どもの足は非常にデリケートと言われています。最近、土踏まずのアーチが形成されていない扁平足の子どもが増えていますが、その原因の一つに「くつ選び方の間違い」があります。足に合っていないくつを履いていると、姿勢も悪くなり、そのまま骨格が形成されてしまうので、足に合ったくつを選び、思い切り遊ばせてあげましょう。

くつを選ぶポイント

- 甲の高さと幅は合っていますか？
足に合わせて調整できる、マジックテープの付いたくつなどがよいでしょう。
- つま先にゆとりがあり、少し反り上がっていますか？
目安は、かかとに子どもの指が一本入る程度です。子どもはよくつまずくので、つま先が少し反り上がっている物を選びましょう。
- くつ底は硬過ぎず、適度な弾力性はありますか？
適度な弾力性は衝撃をやわらげます。くつ底も曲がる物を選びましょう。
- かかとは硬くしっかりしていますか？
かかと部分をしっかり支えることで、安定した歩行ができます。かかとは手で簡単にねじれてしまう場合は柔らか過ぎです。
- 素材は吸放湿性に優れていますか？
水分を吸収し、乾燥しやすい素材を選びましょう。

～引き続き、ご協力お願いします～

8月の後半に入り、横手保健所管内でも新型コロナ感染者が増えてきました。今まで同様、保育園の出入りの際は玄関での手指消毒・キエルキン散布(衣類と荷物)をよろしくお願いします。

感染症ウイルスを〈持ち込まない！〉〈持ち帰らない〉

