



8月のほけんだより



令和7年8月1日発行
明照保育園
たんぽぽルーム



今年の夏は北海道でも気温35℃越えの厳しい暑さとなっていますが、いよいよ夏本番です。子どもたちは元気に外遊びや水・プール遊びを楽しんでいますが、夏バテなどの疲れが出てくるころです。たくさん汗をかくと体力を消耗します。子どもは体温調節の機能が未熟なため、大人より早く体温が上昇し、汗を多くかきます。こまめに水分補給をすること、食べること、眠ることがとても大切です。

毎日の体調の変化に気をつけましょう。



8月7日は
鼻の日

鼻にはおいをかくだけでなく、
いろいろな働きをします。

呼吸をする

鼻の中に入った空気は温められて
加湿され、鼻毛で汚れをきれいに
してから肺に送り込まれます。

においをかく

危険から身を守る働きがあるほか、
においを楽しみます。

声の響きを調節

鼻がすっきり通っていると、声か
きれいに響きます。

虫刺され

油断大敵!

蚊に刺されると、かゆくてつら
いだけでなく、かきこわして傷
口が化膿したり、「とびひ」になっ
たりすることもある。蚊に刺され
たら、早めのケアが大切です。



石けんで洗いましょう

刺されたところを石けんで洗って、かゆみ
のもとを洗い流します。水で冷えてかゆみ
も軽くなります。

かゆみを和らげましょう

かゆがるときは、ぬらしたタオルや保冷剤
で冷やしたり、かゆみ止めを塗ったりして
ケアします。

かゆみやはれが ひどいときは皮膚科へ

刺されたところが強くはれたり、皮膚が
じゅくじゅくしたりするときは、皮膚科を
受診しましょう。

楽しいあそびが体と心を発達させる

【発達目安】

運動機能の発達について

子どもたちは日々、全身を使ってさま
ざまなチャレンジを続ける中で、運動
機能や手指の機能、そして社会性など
を発達させていきます。安全にしま
り気を配りながら、「危ない!」「ダメ!」
と、子どもの挑戦を制止しすぎないこ
とが大切です。

また、子どもの発達には個人差があり
ます。〇歳なのにこれができる・でき
ない、ということに着目しすぎないこ
とも大切です。

0歳

寝返り～おすわり～はいはい～つかまり立ち～伝い歩き

1歳

歩き始める

2歳

走るようになる

3歳

ぶらんこ、三輪車、ボール
あそびなどをするようになる

4歳

友達とあそんだり、遊具を使っ
たあそびを楽しんだりする

5歳

おにごっこ、かくれんぼなど、
集団であそぶようになる



たんぽぽルームより

夏は、【ヘルパンギーナ】【手足口病】【アデノウイルス感染症】等の感染症の流行がありました
が、従来の流行期とされている感染症が、最近ではどのタイミングで流行するのか予測が難しく
なってきました。手洗い・うがい・換気等、感染症対策を引き続きおこないましょう。そして、
いつもと様子が違うな?と感じたら、無理に登園せず、できるだけお家で様子をみましょう。

～7月に発生した疾患～

〇りんご病 〇風邪症状 〇結膜炎 〇腹部症状(下痢・嘔吐) 〇新型コロナ