



ほけんだより

5月号



SKETCH
HOIKUEN

発行日 令和8年5月1日

スケッチ保育園

ぽかぽかと暖かい日が続く、園庭からはお子さま達の元気な笑い声が響いています。運動するにはとても良い時期です。積極的に外で遊び、健康な体づくりを行いましょう。

朝起きてから登園まで

朝起きてから登園までは、慌ただしい時間帯です。その間のやるべきことや時間の流れを、絵や文字で表すと、お子さまが自分で考えて行動しやすくなります。例えば「①6時に起きる ②顔を洗う ③着替える ④朝ご飯を食べる ⑤歯をみがく ⑥登園する」といった順序の絵を壁に貼り、一つ終わるごとに「次は何をするのかな？」と一緒に考えます。一人で表を見て行動できるようになるまで、声をかけながら見守りましょう。

朝、お子さまの様子に「あれ？ いつもと違う？」と感じたら、連絡帳や健康管理ノートに状況を書いてください。例えば、寝起きがいつもより悪い、食欲がない、いつもよりトイレが長い、機嫌が悪い、元気がない…といった様子があれば、体温を測って記録しておく、園でも気を付けて様子を見ることができます。



爪について

爪(つめ)が伸びていると、友だちをひっかいてしまったり、折れたりなどと、けがの原因となります。また、爪は汚れが溜まり不潔になりやすいところにもかかわらず、指しゃぶりや爪をかむくせがある子も多く、汚れたままにしておくとばい菌を直接取り込んでしまいます。週に一度は指先のチェックを行うようにしましょう。

爪ケアのポイント

爪の手入れの目安は1週間に1回程度です。お風呂上がりの爪がやわらかい時が切りやすいのですが、切り過ぎるとばい菌が入ることもあるので深爪にならないよう、十分に気を付けましょう。



毎月身体測定を行っています。お子さま達が日々健やかにたくましく育っていく姿を確認できる大切な時間です。今月はどれくらい大きくなったかな？と、職員も楽しみにしています。

身体測定の結果ははいチーズで見れますので、ぜひご家庭でもお子さまと一緒に成長を喜んでいただければ幸いです。