



保健だより



さくら 保育園
4月号

新入園児を迎えて、新年度がスタートします。新しい環境は、子ども達にとって初めてのことも多く、楽しい気持ちも大きいのですが、その分疲れもたまりやすくなります。元気に過ごすためにも、「早起き 早寝 朝ご飯」で生活リズムを身につけましょう。



お知らせ

4月19日～身体測定
27日 全園児健診

☆ 身体測定

毎月身長、体重測定を行います。結果はきつずノートにてご報告いたします。

☆ 全園児健診

園医：青梅医院・平岡先生が来園します。
心配な事、相談事がありましたら、事前にお知らせ下さい。

☆ 遊びを通してケガから身を守る

子どもは好奇心旺盛です。活発に遊ぶ中で、日常的に擦り傷や打ち身などのケガもしています。経験を通して、自分で事故やケガを回避していく身のこなし方を、自然に学んでいきます。

〈子どもの特性を知っておきましょう〉

- 運動機能が未発達 （急に止まれない、手が出ない）
- 全体のバランスが悪い （頭が重い、手足が短い）
- 筋・骨格の発達が不十分
- 視野が狭い （おとなの半分）
- 周囲に注意が働かない （夢中になると我を忘れる）
- 危険の予知が出来ない （経験がない）

子どものケガは、打ち身、擦り傷、切り傷が半数以上で、顔、頭、口や歯のケガが多いです。

運動神経の発達は、12歳頃までに完了します。それまでに、いろいろな動作を経験することがとても大切です。いっぱい遊び、いろいろな運動に挑戦していきましょう。

看護師の本沢・恩田です。健康に過ごせるようにお手伝い出来ればと思っています。「保健に関するお知らせ」を添付します。1年に1度、ご確認よろしくお願ひします。

