



### 11月の保健行事予定

10日(月)●身体測定

12日(水)●乳児健診(0歳)

●健康診断(3歳)

※他のクラスのお子さんにも気になることや園医に相談がある場合には、当日一緒に診てもらえますので前日までにお知らせください。

14日(金)●全園児歯科健診

おうちで朝のはみがきをしてきて下さい。

※当日お休みのお子さんは、後日個別に「よりこデンタルクリニック」を受診して頂きます。

### お知らせとお願い

#### 登園時のお薬の内服確認について

登園時に「お薬を飲んでいますか？」とお聞きしています。これは、お子さんの体調をよりよく理解し、緊急受診などのもしものときにお医者さんに伝えるなど速やかに対応できるようにするためです。

園では、体調の変化にすぐ気づけるように心がけていますが、飲んでいるお薬の内容を知っておくことで、より安心してお預かりすることができます。お手数をおかけしますが、確認の際にはお伝えいただけますようご協力をお願いいたします。

★おうちでお薬を飲んでいるときは、その日の朝に職員へお知らせください。

★また、お薬をもらったときの「薬剤情報書」がありましたら、園までお持ちください。(お薬の内容を確認し、体調管理に役立てています。)

### みんなでやろう！基本的な感染予防

インフルエンザや新型コロナウイルスに罹患するお子さんが増えました。園でも子どもたちが元気に過ごせるよう、日々の基本的な感染予防を大切にしています。

①手洗い、うがいをしっかりと

外から帰った後や、トイレの後、食時の前にしましょう。



②咳エチケットをしましょう

くしゃみや咳が出るときは、マスクをしたり腕の内側で口と鼻をおさえましょう。

③しっかり食べて、睡眠をとり、元気な体を作りましょう。

園では引き続き、手洗い・換気・消毒などの基本的な感染対策を行っています。

ご家庭でも、お子さんの体調や食欲、排便の様子などに気をつけて見てあげてください。

### 乾燥する季節になってきました



一段と寒くなり、お肌の乾燥が気になり始める時期になりました。

子どもは肌が薄く、皮膚のバリアも未熟なため乾燥肌になりやすいです。最近、園でも唇や手先のひび割れによる出血や、乾燥により皮膚の痒みがある子が多くなっていますので、朝と夜に保湿をしっかりと行なってください。

朝は忙しいと思いますが、自分でぬれる年齢のお子さんであれば、保湿剤を準備しておいて、声かけをするのも良いかもしれません。

小さいお子さんは、オムツ替えのついでにぬれるように準備しておくのもいいですね。



### こどもの薄着について



これからますます寒くなってくる時期です。日々の気温に応じて朝の子どもの服選びが難しくなってくる時期でもあります。

いちご保育園は、鉄筋コンクリートのマンションの中にあるので断熱性が良く、寒い冬でもエアコンや床暖房も使用して子どもたちに快適な室温を保てております。そのため、過度に厚い洋服ですと汗をかいて逆に体を冷やしてしまうこともあるので、肌着(長袖は不可)の上に薄い長袖ぐらいの方がちょうど良いです。登降園の際は寒いと思いますので上着や重ね着で調整してください。服選びのポイントは、あつい裏地がついたものやフリース素材は避けることです。下記に、子どもの薄着のメリットを載せましたのでご参考ください。

#### ①子どもの体温調節機能を育てる

薄着で過ごすことは、自律神経を整えるのに役立つと言われています。皮膚が暑さや寒さを感じることで、血管の収縮・拡張を繰り返し、体温を調節する力が強化されます。

外の環境に合わせて体温調節ができるようになると、適応能力が高まると共に、回復力もアップします。

風邪を引きにくく、体調を崩してもすぐに治る強い体を養うのに役立ちます。

#### ②子どもの体の動きを活発にする

子どもたちは保育園にいると良く動きますので、厚着をしているよりも薄着の方がとても動きやすいです。運動能力の発達のためにも薄着の方が良いとされています。

子どもは大人より基礎代謝が大きいので、体を動かせばすぐ暖まります。厚着をしていると体に熱がこもり、汗をかいてしまい肌着がぬれてしまう子もいます。