



# にじいろ保育ルーム桜台

## 5月 園だより



令和5年5月1日

入園・進級から1ヶ月。子どもたちも園での生活に少しずつ慣れてきました。  
しかしまだ緊張感もあり、子どもたちは心身に疲労が出てくることもあるかと思ひます。  
子どもたちの健康状態にも注意しながら、安心して遊び込める環境を作っていきたいと思ひます。



### 5月の予定

9日(火) 身体計測  
24日(水) 避難訓練



〇5月より出欠・お迎え変更の連絡は、ななほけとなります。タイミングにより確認ができないこともございますので、急な連絡はお電話でいただきますようお願い申し上げます。  
〇衣服は体のサイズに合ったものをご用意ください。



### ふたば組

ふたば組さんの最近流行しているのは、ブロック・電車・ままごとです！  
ままごとでは、好きな食べ物をお皿かフライパンなどに乗せてレストランの店員になりきって言葉を使って保育者へ渡してくれます！  
次は何の言葉を真似するのかを楽しみにしています☆  
電車・ブロックでは、手先を細かく使って1つずつ考えながら、丁寧に作るふたばさん！！  
戸外活動を通して健康的な身体作りを中心に遊びを増やしていきたいです！

### そよかぜ組

新しく2名のお友だちを迎えてスタートしたそよかぜ組も1ヶ月が過ぎました。園での生活にも慣れてきて、それぞれお気に入りの場所や玩具ができたようです。ペタペタブロックやマグネット玩具・絵本など。  
そんな子どもたちの姿に思わず笑みが溢れます(〇)  
また、お散歩が大好きな子どもたち！  
お天気の良い日は、どんどん外へ出かけて新緑に触れながら、公園での階段の上り下りや自然探索など、たくさんお散歩したいと思ひます♪



令和5年5月1日  
にじいろ保育ルーム桜台

# ほけんだよ!

新年度も早いもので、1か月が経ちました。新しい環境で緊張されていた子どもたちも、少しずつ慣れてきたように感じます。

春の風が心地よく爽やかな気分になれる5月ですが、身体や心に疲れが出てくる時期でもあります。食事や睡眠をしっかりとり、体調に気をつけて過ごしていきましょう。

## 正しく手を洗いましょう

感染症の予防には手洗いが欠かせません。

### 手洗いの前に

爪は短く切っておきましょう。爪が伸びていると爪の中や指の間に細菌が繁殖しやすくなります。また、自分やお友だちを傷つけてしまう事もあります。

### 手洗いの方法

園では「あわあわ手洗いの歌」を活用し、歌を歌いながら実施しています。お家でも取り入れてみてください。



参考資料：花王「ピオレママのあわあわてあらいのうた」

## 熱性けいれん

熱性けいれんとは、38度以上の高熱に伴って、主に生後6か月～5歳くらいまでの乳幼児期に起こる原因不明の発作性疾患です。

### —症状—

発熱している、黒目が上を向く、身体の硬直（かたくびんと張っていること）、手足の震え、唇や皮膚が紫色になる、意識の消失

### —けいれんが起きたら—

- ① 寝かせて衣服を緩める  
吐いたものが気管に入らない様に横向きにし、衣服を緩めて呼吸を楽にする。
- ② 熱を確認する
- ③ 時間をはかる
- ④ けいれんの状態を確認  
手足の動き、意識、呼吸の様子を確認する。



### —救急車の目安—

- ! けいれんが5分以上続く
- ! 意識が戻らない
- ! 6か月未満の乳児
- ! 初めてのけいれん・左右非対称のけいれん



## 目を大切に

乳幼児期は子どもの視力が徐々に確立する重要な時期ですが、近年視力の著しい低下が懸念されています。生活習慣を見直すことで視力低下の予防にもつながります。

- 1 **睡眠** 近視の子には就寝時間が遅く睡眠時間が短い傾向があるという分析があります。
- 2 **運動** 屋外で遊ぶ時間が長いと、近視の発症率が低くなると言われています。
- 3 **栄養** ビタミンAやアントシアニンなどの目にいい栄養素だけにこだわらず、バランスよく食べましょう。