

ほけんだより 5月

2019. 5. 26 新渡戸文化子ども園 保健室 尾形

風薫る5月、新緑が芽吹き、ツツジの花が満開になっています。気温も上がってとても過ごしやすい季節になってきました。

新学期が始まりやっとなれてきたなと思っているうちに、超大型の10連休が始まります。どこに行こうかな、普段見られない物を見に行きたい、体験したいと様々な計画を立てているご家庭もあるのではないのでしょうか。家族で過ごすことが出来る良い機会です。楽しんで欲しいと思っています。

でもその時に気をつけていただきたいことがあります。計画はお子さんの目線に立って無理のないように、時間や体験や見学も余裕を持っていただきたいです。無理をすると楽しいことも楽しめなくなります。子どもは小さな大人ではありません。突然体調が悪くなります。どこかに出かけなくても、ゆっくり家庭でごろごろする日や、一緒に食事を作るなどでも十分に楽しむことが出来ます。園生活時間を崩さず楽しめるように工夫をお願いいたします。

たくさんほめてぐんぐん成長

子どもは、「ほめられる」と自信を持ち、頻繁にその行動ができるようになります。

ほめ方のポイント

- ・できるだけ早く
(している最中・直後が好ましいです)
- ・視線をあわせて
(笑顔を見せることが大切です)
- ・名前を呼んで
(注意をひいて、しっかり伝えましょう)

えらいね

こんなほめ言葉も

「すごいね!」「えらいね」以外にも、様々なほめ言葉があります。

- ・感謝する
「ひとりでしてくれてありがとう」
- ・励ます
「もう少しだね。がんばれ!」
- ・気づいていることを知らせる
「ひとりでやってくれてるんだね」

お子さんに合わせた言葉を見つけみてください。



子どもは蚊に刺されやすい?

蚊は、体温や、体が発する二酸化炭素を感知して人に近づき、血を吸います。体温が高く、活発な子どもは二酸化炭素を多く出すので、そのぶん蚊に刺されやすいのです。

CO₂

蚊に刺されたら...

すぐに冷たい濡れタオルや保冷剤で冷やすと、かゆみが和らぎます。刺された部分が大きく腫れてしまうお子さんもいます。掻き壊すと細菌が感染してとびひになってしまうこともあるので、虫刺され用の薬を塗るなど、刺された後のケアはしっかりとあげてください。