



すこやかだより

第7号

春の風が心地よく、さわやか気分になれる5月ですね。しかし、体や心に疲れが出て、怪我をしたり、体調を崩したりしやすい時期でもあります。規則正しい生活をして、元気いっぱいにご過ごせるようにしましょう。

《すこやかルームの受け入れ制限について》

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、当面の間、すこやかルームでの受入を一部制限いたします。以下のいずれかに該当する場合は、すこやかルームの利用ができません。

- ①新型コロナウイルス感染症を発症している児童
- ②本人または同居の方が海外から帰国してから14日を経過していない児童
- ③周辺に新型コロナウイルス感染症を発症の方がいて、濃厚接触者に特定された児童
- ④発熱(37.5℃以上)等の症状があり、その原因が明らかでない児童(インフルエンザ等の感染症の確定診断が出ている場合は利用できます)

5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより疲れが溜まり、①眠れない ②起きられない ③食欲がない ④イライラする ⑤無気力、などの症状が見られることがあります。ひどくなると、外出や登園もしたくなくなります。



5月のイヤイヤ期脱出方法は？

- のんびりお風呂に入って心と体の疲れを取る
- たくさん体を動かして元気よく遊ぶ
- 睡眠時間をしっかりと取る
- 3食しっかり食べる



正しい体温のはかり方

毎日、登園前に体温測定をしている方も多いと思いますが、体温計の測り方によっては誤差を生じてしまう場合があります。

体温は、動いた後や食事の後、また気温によって1日の中で変動します。測定は脇の下や耳で測定するのが一般的で、正確に測定するには運動後や食後を避けて、測定中は体温計の位置を変えないようにしましょう。お子様の平熱を知っておくのも大切です。

～正しく測定するための手順～



①脇の下の汗を拭きます。



②わきの下の中央部分に体温計の先をあてます



③体温計を下から45度の角度になるように挟み、脇をきちんと閉じて数分待ちます。角度に注意しましょう

○病児・病後児保育利用実績

2月1日～2月29日 合計11件(急性上気道炎、急性胃腸炎、中耳炎、アデノウイルス感染症)

3月1日～3月31日 合計4件(喘息性気管支炎、急性上気道炎)

