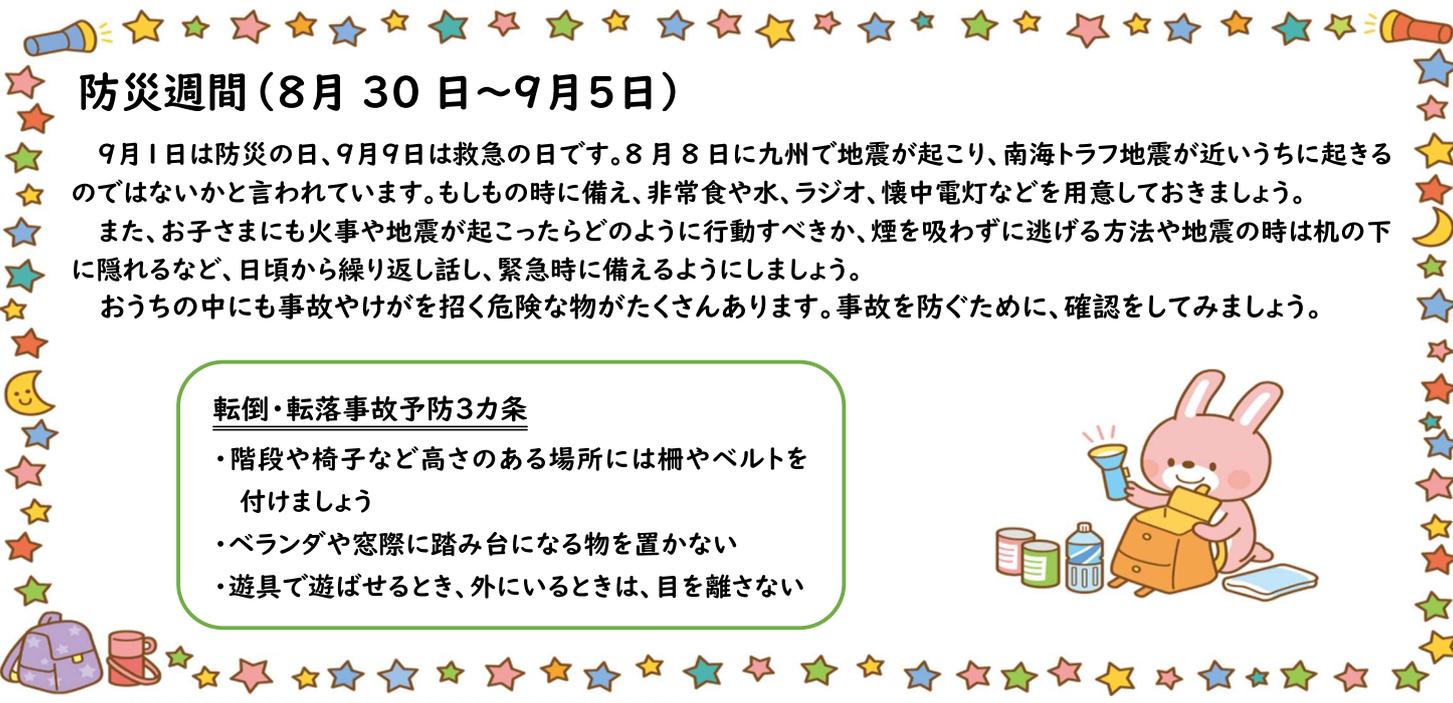


令和6年9月
ミライズにし
保健室

まだまだ残暑が続きますが、朝夕は過ごしやすい日が増えてきました。今年の夏も暑かったですが、子ども達は暑さに負けず、元気いっぱいプール・水遊びなどを楽しみました。この時期は、夏の疲れが出やすくなります。充分睡眠をとって、規則正しい生活を送り、体調を崩さない様に心がけましょう。



防災週間(8月30日~9月5日)

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。8月8日に九州で地震が起こり、南海トラフ地震が近い中に起きるのではないかとされています。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。また、お子さまにも火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、日頃から繰り返し話し、緊急時に備えるようにしましょう。おうちの中にも事故やけがを招く危険な物がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- 転倒・転落事故予防3カ条**
- ・階段や椅子など高さのある場所には柵やベルトを付けましょう
 - ・ベランダや窓際に踏み台になる物を置かない
 - ・遊具で遊ばせるとき、外にいるときは、目を離さない



心の栄養

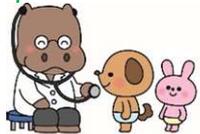
忙しく過ごしてる毎日の中で、子どもと向き合う時間がありますか？幼少期は母親の愛情が必要です。この時期に愛情不足で育つ子どもは、母親の愛情が欲しいために、自分のほうを向いてもらう手段に出ます。いじわるしたり、わがまま言ったり…。反対に十分愛情を注いでもらっている子どもは早く自立していきます。1日20分でもいいので、同じ空間にいて、スマホは置いて、子どもの姿を見守る時間を作ってあげてください。

足に合った靴を

足に合った靴をはいていますか？足に合った靴でないと、足だけでなく体全体に負担がかかることもあります。靴を選ぶときに下記の項目に気を付けて、子どもと一緒に確認してみてくださいね。

- つま先に0.5~1cmの余裕がある
- 横幅が合っている
- 甲の高さが合っている
- かかとがしっかりと固定されている

【お知らせ】 第2回目の内科健診が10月9日(水)の午後からあります。余程の理由がない限り登園をお願いします。当日受診できなかった園児は、後日個人で足立クリニックを受診していただきます。



9月身体測定

- 9月11日 0~2歳児
- 9月12日 3歳児
- 9月13日 4・5歳児

※1号認定児は、8月の身体測定はありません