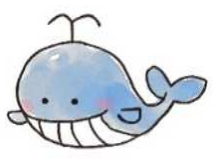


# 7月 ほのかだより



令和4年6月30日発行

## 「我慢すること」・・・

新型コロナウイルス感染症が流行し、私たちもようやく予防方法や感染しても大丈夫なんだ、という理解が出来てきたように感じます。コロナ禍で、行事の縮小、中止を余儀なくされ子どもたちにとっても辛い我慢の時間になっています。

我慢と言えば、最近我慢ができないお子さんが増えてきているように感じます。年齢や個人さによって、我慢することの内容もちがってくるかもしれませんが、例えば、簡単な約束を守れない、出されたものをまずいからと言って食べない、少々疲れても最後まで頑張れない・・・

子どもがかわいそうとか、泣くから仕方なく手伝わってしまう・・・など、親の立場から見ると、その気持ちも十分わかります。でも、今経験しないといけな苦労や厳しさに自分で打ち勝たなければ、この先長い人生、忍耐力や挫折に打ち勝つ強いところは育って行かないのではないのでしょうか。

子ども達の今だけを見るのではなく、ずっと先の未来を見据えながら、どんな人間に育ってほしいかと言うことを考えて、お子さんと接して頂きたいと思います。

心の優しい、人に迷惑をかけない子に育ってほしいとか、粘り強い子に育ってほしいと願うのではないのでしょうか。その思いを形にするには、私たち大人はどう接していけば良いのか。

ケンカも大切なコミュニケーションを取るための経験です。相手の気持ちになって考えることや嫌な気持ちになること、謝って仲直りしたいと思うこと。このやりとりが、成長するためには大切な経験になります。お家で、色々お話を子ども達からお聞きになるかもしれませんが、「そうか、そんなことがあったんだね。許してあげられたんだね～。えらかったね。」とお家の方から一言掛けられるだけで、子ども達は許す事の大切さを感じられるのだと思います。

転んでも親が唾をつけておけば治るといわれた時代からすると、子ども達は、守られ過ぎているのかもしれませんが、本当の優しさは、厳しさの中にあるのかもしれませんが、どんなお子さんに育ってほしいのか、短冊に願いを込めて下さい。

園長 岡倉 裕理子

Sun day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
					1	2
3	4 茶道 (5歳児)	5 茶道 (5歳児)	6 誕生会・七夕の集い (5歳児) スイミング (4歳児)	7 誕生会・七夕の集い (0~4歳児) デイキャンプ (5歳児)	8	9 七夕祭り (4, 5歳児)
10	11 楽しくドレミ (5歳児) 避難訓練 (火災)	12 サッカー教室 (5歳児)	13 スイミング (5歳児)	14 合気道 (5歳児) 就学児保育参観懇談会	15 サッカー教室 (4歳児)	16 七夕祭り 予備日
17	18 海の日	19	20 終業式 (1号認定) カウンセラー巡回日 スイミング (4歳児)	21	22	23
24	25	26	27 スイミング (5歳児)	28	29	30
31	感染症拡大防止策といたしまして、玄関で体温確認をし受け入れをしていますが、最近、検温が終わる前に保護者の方がお仕事に行かれてしまう、という姿が見られます。お子様の体調が万全であることを一緒に確認していただきますよう、お願い致します。					

## ほけんだより

新型コロナウイルス感染拡大状況により、行事を延期、又は中止とさせていただきます場合があります。

看護師 宇野競功

汗には体温を調節する役割があり、子どもの頃に汗をかく機会が少ないと、汗を分泌する汗腺が働かなくなってしまいます。たくさん遊んで、汗をいっぱいかいた後は、洗ってさっぱりしましょう。

### 子どもの体の70%が水分 脱水を起こしやすいので要注意!

**初期の脱水のサイン**

- トイレに行く回数や、おしっこの量が少ない (おしっこの色が濃い)
- 汗をかいてない
- 唇や皮膚が乾燥している

**脱水のサインが見られたら**

- 経口補水液 (またはスポーツドリンク) を少しずつ飲ませる
- ※経口補水液は脱水症状が見られたときに飲むものなので、日常の飲料として使用すると塩分・糖分のとりすぎになるので注意しましょう。

**脱水が進行すると**

- 顔色が悪い
- ぼーっとして、元気がない、ぐったりしている
- 体温が上がる、逆に皮膚が冷たくなる

**脱水になりやすい条件**

- 汗をたくさんかいている
- のどが痛く、水分がとれない
- 食欲がなく、水分もとれない
- おう吐や下痢をしている

**脱水にならないために**

- 外出前、遊ぶ前から、前もって少しずつ水分をとる
- 汗をたくさんかくと塩分も排出されるので、食事におみそ汁やスープなどを加える

※子どもはのどがかわいても自分では言えないので、保護者が積極的に飲ませるようにしましょう。

### 水いぼ

水いぼは、皮膚にウイルスが感染してできる小さないぼです。特に治療しなくても、体に免疫がついて1年以内に自然に治まることがほとんどですが、中には2~3年かかることもあります。痛みやかゆみはありませんが、気になってかき壊すと、数が増えたり、とびひの原因になります。

**「水いぼ」って?**

つるんとしたいぼで、かいたりして破れると、中から白くドロっとしたものが出てきます。

水いぼがあるときは……

肌を傷つけない

皮膚が荒れたところから水いぼのウイルスが侵入します。皮膚は清潔にして、保湿ケアでよい状態をキープしましょう。かき壊さないよう、つめは短く切って。

増えるときは受診を

数が増える、大きなものができたときは、かかりつけ医に相談しましょう。水いぼをつまみ取る治療や液体窒素で凍結させる治療が行われることもあります。

肌と肌が触れ合うとうつることがあるので、水いぼがあるときは職員にお伝えください。

### 油断しない RSウイルス感染症

県内の流行に伴い、園内でもRSウイルスが先月から流行しています。免疫のある大人にはごく軽い風

**Q** せきの風邪って聞いたけど、どんな病気?

**A** せきが出て、呼吸がゼロゼロするほか、高い熱が出ることも。RSウイルス感染症は、「せきがひどい風邪」と思っている人が多いようですが、特に乳幼児では高い熱が数日続くことがほとんどです。せき以外にも「ゼイゼイする息苦しさ」を伴い、夜眠れなくなってしまうことも。また、症状の回復後に中耳炎の合併もしばしば見られます。

**Q** なぜ注意が必要なの?

**A** 小さい子どもほど重い症状が出ます。RSウイルス感染症は、初めてかかったときに重い症状が出るのが特徴で、気管支炎や肺炎で入院が必要になることもあります。

- 呼吸に合わせて肩を動かす
- 呼吸するとき胸がへこむ
- ゼイゼイして、ミルクの飲みが悪い

などは、息苦しさやひどいサイン。早めに受診しましょう。

**Q** 予防に必要なことは?

**A** 周囲がマスクをつけ、こまめに手を洗いましょう。RSウイルス感染症は、2回目以降の感染では症状が軽くなることもほとんどで、大人では軽いせきが出る程度のもも。そのため、周囲の人が知らないうちに、子どもにうつす可能性があります。せきや鼻水の症状があるときは、大人がマスクをつけましょう。また、ウイルスは手を介してうつるので、こまめに手を洗いましょう。

**Q** 治すにはどうすればいい?

**A** 特效薬はありません。安静にして休ませましょう。RSウイルスに効く薬はありません。ゆっくり休んで、体がウイルスを退治するのを待ちましょう。登園を再開するには、「ゼロゼロした呼吸音やせきが治まり、元気に過ごせる(呼吸器症状が消え、全身状態がよい)」状態まで回復している必要があります。