

9月のほけんだより

2022年9月1日
ハレルヤ保育園

まだまだ残暑の厳しい日が続きますが、9月に入ると朝夕に涼しくなり、夏の疲れが出る頃になります。自粛生活が続く中で、生活リズムを崩さないようにして、睡眠を十分に取れりゆくりと休息を取って体調管理に気を配りましょう。

～幼児期のスマホ利用による心身の影響～ (少年写真新聞ほけんニュースより)

子育て中のスマホやデジタル機器の利用を考える

保護者が、食事の支度中や公共交通機関の利用中などに静かにさせたいといった理由で、スマートフォン(以下スマホ)やタブレット端末で動画を見せたり、ゲームをさせたりする場合があります。こうしたデジタル機器の利用から、子どもが頻繁にスマホやタブレット端末を使いたがるようになるとそれが習慣化しやすいので、注意が必要です。

さまざまな面で大きく成長する幼児期

幼児期は、身長や体重をはじめとして、心身が大きく成長する重要な時期です。また、早起き早寝や規則正しい時間に食事をとるといった、毎日くり返し行う行動を生活習慣として、身に着ける時期です。さまざまな可能性を秘めている今の時期を大切にしましょう。

- ・使用時間を決める
- ・動画や内容を把握する
- ・使用するときのルールを決める



大人自身のスマホとの付き合い方の見直しを！

- 大人自身が片時もスマホを離さないことが習慣になっていませんか？
- 子どもと過ごしている時に、ごろごろ寝ながらスマホを見ていませんか？
- 子どもに話しかけられたときに、スマホを見ていて、対応がおろそかになっていませんか？

***子どもは大人の様子をよく見ています。
大人自身が利用の仕方を見直しましょう！**



8月の感染症 (1~31日)
RSウイルス感染症 3名
コロナウイルス 2名
ヒトメタニューモウイルス 1名

保健室より保護者の皆さまへ

RSウイルス感染症や**ヒトメタニューモウイルス感染症**は発熱やせきなどの症状が出る病気で、どちらも症状が似ています。

乳幼児や高齢者がかかると肺炎や気管支炎を引き起こすことがあります。

新型コロナと、それ以外の子どもの感染症は、臨床的な特徴が非常に似ているので、症状から区別することは難しいケースが多くあります。また、新型コロナとそれ以外の感染症に同時に感染していることもあるので、子どもに発熱などの症状が出た場合は、何の病気なのかという点にこだわらず、まずは、子どもの状態をしっかりと観察してください。夏場に感染症にかかると脱水症状になりやすいため、飲食ができずぐったりしていたり、おしっこが出が悪かったりする場合は、必ず医療機関を受診してください。また保育園へのご連絡もよろしくお願い致します。