

6月のほけんだより

令和6年 5月 29日
富士わかば保育園

少し疲れが出始めているのか、イライラや小さいけがが増えていて
風邪症状は流行するほどではありませんが、咳や鼻水、時折発熱がみられています

「歯」と「食べる」こと ~よく噛む習慣を身につけよう~



食べたがらず「イヤイヤ」と するのは、「嫌い」だから?

- 食感がイヤ?
ナニコレ?変な感じで「イヤ!」
- 硬い?
歯も少ないし、大人みたいに上手に噛めないから「イヤ!」
- 大きい?
舌が上手に動かせないので、口の中がいっぱいですめない!
- ボソボソしている?
舌の動きが未熟で、上手に口の中でまとめられず、飲み込めない!



- 食べることに、一緒に集中しましょう
丁寧にかかるあまり、うっかり大人の手がゆっくりになっていることもあります
- 子どもの様子を、よく観察しましょう
左記のことを直してみたら、簡単に食べることもあります
- 「おとのひと口」になっていませんか
ひと口はスプーン1/3~1/2程度と、子どもの口の中は小さく、舌の動きもこれから成長していきます
- 離乳期から、保護者と同じものを食べる
ようになるまでは…
試食は「味」も大切ですが「食感」や「硬さ」も大切。小さい子どものご飯の試食は大人も上あごでつぶしながら食べると、子どもの大変さが少しわかるかもしれません

眼科検診について

6月 19 日(水)

14時30分開始
幼児クラスが対象です



- 事前アンケートと検査の練習は、必ず提出・練習をお願いします
- 体調不良以外は出席しましょう
- 眼科検診は欠席すると、視力検査(園で実施)のみで終了となります
- 十分配慮しますが、昼寝に多少影響が出るかもしれません
ご協力お願いします

梅雨の時期こそ、熱中症に注意

- 規則正しい生活は、いつでもやはり「強い味方」
 - ・ たとえ忙しくても、何でもいいから朝は必ず「食べる」「飲む」
 - ・ 夜は早く寝る
子どもは遅くとも 21 時までに寝る
- 衣服に配慮
 - ・ 必要以上に「シャツ(下着)」にこだわらない
体温が37°C前半~半ば程度で、他に風邪症状がないのなら、Tシャツ1枚で風通しをよくし、熱がこもらないようにしましょう