



テラスハウス保育園

新緑がまぶしい季節になりました。新しい生活が始まって1か月がたち、少しずつ自分のペースで園生活を楽しめるようになってきました。一方、GW後で生活リズムが乱れたり、体調を崩しやすいのでご家庭と連携を取りながらお子さんの様子に気を配っていきたいと思います。



### 園の様子

発熱や風邪症状での欠席のほか、新型コロナウイルス感染症にかかられ、お休みされるお子さん、職員がいました。

園や近隣での感染症等の流行の様子はキッズリーやホワイトボード(保健の欄)でお知らせしていますのでご覧ください。



### 5月の保健行事

- |        |             |
|--------|-------------|
| 11日(水) | 身体計測        |
| 17日(火) | 内科健診        |
| 25日(水) | 歯科検診(2歳児のみ) |

### 元気っ教室(あおぼ・わかぼ組)

- |        |             |
|--------|-------------|
| 17日(火) | 内科健診って何するの? |
| 24日(火) | 歯科検診って何するの? |

## 春に注意したい心と身体の健康

GWはご家族のリフレッシュのチャンスですが、楽しすぎて疲れを残してしまうこともあります。

GW明け「行きたくない」と泣けてしまったら、体調を崩されるお子さんもおられます。

4月からの環境の変化、季節の変わりめ等で、疲れが出て体調を崩しやすいです。

新しい環境にも慣れ、少しずつ緊張が取れて開放的になってくる時期。転んだりぶつかったりの事故が多くなります。

- ・心も身体も不安定になる事もあります。普段からの健康チェックをしっかりとしましょう。
- ・体調のすぐれない時は無理をせずにお休みしましょう。
- ・お子さんの言葉にも耳をかたむけてあげましょう。(だるい、痛い、疲れたなど)
- ・スキンシップを取りながら、園の話の聞いたり、頑張ったことを褒めてあげましょう。
- ・お子さんの事で心配な事、気になる事などありましたら、園にご相談ください。

## 予防接種一計画を立てて受けましょう

保育園は、病気に対しての抵抗力が弱いお子さんが集団で過ごしています。そのため、いろいろな病気が流行しやすいです。予防接種を受けることによりその病気にかかりにくくしたり、重症化を防いでくれたりします。0～1歳児は予防接種の数が多いため、受けそびれてしまうケースも多いです。お子さんの体調に合わせ、スケジュールを立てて受けるようにしましょう。

### ★どんな種類があるの？

定期接種・・・感染力が強く、予防の必要性が高い病気で、国が『一定の年齢になったら受けなければならない』としています。決められた期間内なら基本的に無料で受けられます。

任意接種・・・希望者が個別に病院に行って受けるもの。費用は自己負担になります。

定期接種・・・四種混合・BCG・MR・水痘・ヒブ・肺炎球菌・B型肝炎  
日本脳炎・ロタウィルス など  
任意接種・・・おたふくかぜ・インフルエンザなど



Q あまり多くない病気も防ぐ必要があるの??

A みんなで防ぐことで日本では聞かなくなった感染症も、海外では流行している国もあります。もしその国の方が日本に來られて発症したら…こんな時も予防接種を受けていれば防げるのです。

Q 軽い感染症ならかかっても問題ないのでは??

A 病気によっては合併症のあるものもあります。予防接種で重症化や合併症を防ぐことも期待できます。防げるものは防いで、お子さんの健康を守ることが大切です。

### ★予防接種を受ける時の注意

① 体調の良い時に受けましょう。

数日前から機嫌、食欲、便の状態などを気にかけておきましょう。体調の悪い時は無理をせず、延期することも大切です。

② アレルギー等で受けられないものもあります。

かかりつけ医にご相談ください。

③ 予防接種後に発熱、接種部位の腫れ、発赤などが見られることがあります。

数日で良くなりますが、高熱、腫れがひどいなど心配なことがありましたら受診しましょう。