

保健安全だより 1・2・3月号

みのいちば保育園

新しい年が始まり2カ月目を迎えました。同時に、今年度も残り2か月となり、卒園・進級・入園の準備に忙しくなる時期となりましたね。まだまだ寒い日が続きますが、残り2か月も子どもたちと元気に過ごしたいと思います！



災害への対策できていますか？

今年は東日本大震災から15年目となります。いつ起こるかかわからない災害に備え、今一度、ご家庭の対策を確認してみましょう。



家具の置き方の工夫

- 家具が転倒しないように固定する
- 背の低い家具を選び、倒れても出入口をふさがないようにする

非常用持ち出しバッグ

- 避難所で生活するようになった場合に備え、必要な物をバッグに入れておく
- オムツやおしり拭き、生理用品なども忘れずに

避難場所・避難経路

- 災害が起こった時に慌てず避難できるよう確認しておく
- 豪雨・津波・地震など災害の種類により避難場所が異なるため気を付ける

食料・飲料水の備蓄

- 防災用の特別なものではなく、普段利用している食品類を用意する
- 離乳食やミルクも忘れずに。飲料水はミルクにも使える軟水か純水を用意する
- トイレの水を流す生活用水として、浴槽に水をためておく

家族同士の安否確認方法

- 互いに安否確認の方法や集合場所について話し合う
- 災害時は回線がつながりにくいこともあるため、災害伝言ダイヤルなども利用する

食料(離乳食)やオムツ、衣服などは子どもの成長に合わせて、適宜入れ替えていきましょう



冬に気をつけたい事故のお話

雪道・凍結した路面に注意！！

寒い時期になると雪が降り、子どもたちにとっては楽しい季節となります。その一方で、路面が凍結し始めます。普段とは違う足元にツルッと転んでしまうかも。大きな事故やけがに繋がらないように気をつけましょうね。

雪の上や凍結した路面ではつま先だけでなく、足全体を使ってペンギン歩きをすると転びにくくなったり、靴の裏に絆創膏を貼ると滑り止めになります。事故に気をつけ、楽しい冬を満喫しましょう😊

冬こそ気をつけたい脱水症状

脱水症状は夏場だけではありません！乳幼児が脱水症状を起こしやすいのは冬場が多いそうです。原因として、ウイルス性胃腸炎やインフルエンザといった感染症。下痢は脱水症状の原因となるため、こまめな水分補給を行いましょう。嘔吐や下痢がひどい時は早めに受診をお願いします。

保育室より

運動遊びをしました！

運動遊び週間がありました！1日目はみんなで「チャオチャオチャオ」の体操をしてから、1、2歳児はサーキット遊びを行い、カニさんになり横歩きをしたり、マットの上をゴロゴロ転がったり、平均台をジャンプで乗り越えたりと全身を沢山動かしましたよ😊0歳児はマットのお山の上をバランスを保ちながら上手に歩いて遊びました！上手に歩けると嬉しそうな表情を見せてくれました♡

2日目は「おたまじゃくし体操」「どうぶつ体操1・2・3」を行い、最後は「できるかな」の絵本を見ながら沢山の動物になりきって体を動かしました！絵本のイラストや先生の真似をしながら楽しんで体を動かして遊んでいた子ども達でした！今後も寒い日が予想されるため、室内でも楽しみながら体を動かす遊びを取り入れていきたいと思っています！

