

# 5月 ひよこぐみだより



## 岐阜市大門町1番地 聖徳保育園

晴れ渡った空に、新緑の木々。すがすがしさをを感じる季節になりました。新年度がスタートして早くも1ヶ月が過ぎ、新しい環境にも徐々に慣れ、かわいい笑顔をたくさん見せてくれるようになりました。

ハイハイやつかまり立ち、ゆっくりですが少しずつ一人で歩いたりできるようになりました。天気のいい日は、日光浴をして新鮮な空気に触れていきたいと思います。まだ、疲れやすい時期なので十分な睡眠と休息をとるように心がけましょう。

ねらい

- ◎ 一人一人に合った生活リズムの中で、機嫌よく過ごせるようにする
- ◎ 戸外に出て日光浴・外気浴をする



### 今月の予定



- |                         |                   |
|-------------------------|-------------------|
| 1日(金) 発育測定<br>こいのぼり持ち帰り | 12日(火) すくすく親子教室   |
| 2日(土) 園内外消毒             | 13日(水) 第1回保護者会委員会 |
| 3日(日) 憲法記念日             | 15日(金) 避難訓練       |
| 4日(月) みどりの日             | 16日(土) 園内外消毒      |
| 5日(火) こどもの日             | 19日(火) すくすく親子教室   |
| 6日(水) 振替休日              | 22日(金) 誕生会        |
| 8日(金) 誕生児写真撮影           | 23日(土) 園内外消毒      |
| 9日(土) 園内外消毒             | 26日(火) すくすく親子教室   |
| 10日(日) 母の日              | 29日(金) 本堂参拝       |
|                         | 30日(土) 園内外消毒      |

### ゆったりと子どものペースで 過ごしましょう

5月に入ると、少しずつ子どもたちも落ちついてきています。しかし、一方では新しい環境での生活や、連休の疲れがでるころでもあるので、様子を見ながらゆったりと過ごしていきたいものです。授乳時間はかかっても、こまめに縦抱きにして排気したり、あやしたりしながら根気よく飲ませましょう。子どもが安心して過ごせるよう、大人自身がゆったりとした雰囲気をつけ、接するようにしましょう。



### 朝の健康チェックを！

0歳児は体調が悪くなると、悪化するスピードが速いため、特に体調管理に気をつけます。子ども一人一人の体調のパターンはさまざまです。ご家庭での経過観察をお願いします。また、発熱があった場合は連絡させていただきます。

### ハイハイの大切さ

ずりばいをたくさん経験した後は、ハイハイへと移行します。自分の体を支えながら進むハイハイは、筋力を発達させ、全身のバランス感覚を育てるなど、これからの運動機能の土台を作ります。親子で一緒にハイハイをする、布団の山を登ってみるなど、ちょっとした工夫でハイハイがますます楽しくなりますよ。

SIDSを防ぐために  
家庭でも気をつけましょう！！



- ★ うつぶせ寝はやめましょう
- ★ 厚着や布団で動きにくくならないように、また、温めすぎないようにしましょう
- ★ 授乳には特に気をつけ、飲み終えたら必ず排気させましょう
- ★ 朝、目覚めたときには必ず検温をして連絡ノートに記載してください
- ★ 緊急連絡先を変更した場合や、日によって変わる場合は連絡先をお知らせください

SIDSという悲しいことが起こらないように、私たちも子どもの睡眠中、5分毎に安全の確認を行っていますが、お家の方の連絡事項をもとに大切なお子さまの保育を行っています。お家の方のご協力が何より大切ですのでよろしくお願いいたします。

### 外であそんだり 日光浴・外気浴をしましょう！

戸外に出てあそんだり、日光浴や外気浴をしたりすることは子どもにとっても開放感があり、快いものです。身体も表情も和らぎます。また、健康な身体を作るためにもとても良いことです。

#### 〈外気浴の効果〉

- ・新陳代謝を良くします。
- ・皮膚が直接外気に触れると自律神経の鍛錬にもなります。(体温調節の働きを促します)
- ・呼吸器の粘膜を刺激します。
- ・日光を浴びることでカルシウムの吸収が良くなり、丈夫な骨を作ります。

※子どものリズムや体調に合わせて、積極的に戸外へ出ましょう。

※少しずつ薄着にし、健康な身体を作っていきましょう。

### 赤ちゃんが高熱… でもあわてないで！



#### 〈突発性発疹〉

6か月から1歳くらいまでの子どもがかかることが多い病気です。この病気で「初めて熱が出た！」ということも少なくありません。でも、子どもは比較的元気なことが多いもの。水分補給に心がけ、家で安静に過ごせば心配はありません。

#### 〈主な症状〉

- ・突然な高熱(38～39度)
- ・熱が下がるころに全身に大小さまざまな発疹
- ・熱があると不機嫌になり下痢を伴うことも

### いったい何?～食べ物との出会い～

離乳食で新しい食材を初めて口にする子どもたち。口に入れられた物はいったい何だろう??しかめっ面をして口の中で確かめて…うん、これはいける!ひとくちふたくちと、そして少しずついろんな味を覚えていきます。「あ～ん」「ごっくん」「おいしいね」など言葉がけをしながら楽しい時間にしていきましょう。



### こどもの日



5月5日は「こどもの日」で、子どもたちの健康や成長を願う日です。こいのぼりを飾ったり、ちまきを食べたり、しょうぶ湯につかったりします。五月人形には、事故や病気などから守ってくださるようお願いが込められています。