



保健目標

寒さに負けず外気にふれて
元気に遊びましょう



感染性胃腸炎が流行する季節です

感染性胃腸炎とは、主にウイルスなどを原因とする胃腸炎の総称で、原因となるウイルスには「ノロウイルス」「ロタウイルス」などがあります。手指や食品などを介して口に入り、ヒトの腸管で増殖し、嘔吐、下痢、腹痛など症状がみられ、発熱する場合もあります。下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい脱水症状にならないようこまめな水分補給を心がけましょう。

また嘔吐や便にはウイルスが含まれているので二次感染を防ぐ為に速やかに適切な処置をし、片付けた後は手洗い・うがいをきちんと行ってください。

衣類などが汚れた場合は「保育園のしおり」や汚れた衣類に「衣類等が汚物で汚れた場合の対応」のお手紙をつけておりますので参考にしてください。

(しおりP30 ページ)



「健康カードの追記のお願い」

「健康カード」を返却致します。追加・変更した箇所がある場合は追記をして頂き速やかに園にお戻しく下さい。ご協力をお願い致します。

氏名	性別	年齢	健康状態	アレルギー	その他
山田 太郎	男	3歳	健康	卵アレルギー	
佐藤 花子	女	2歳	健康	なし	
鈴木 一郎	男	4歳	健康	乳牛アレルギー	
田中 美咲	女	3歳	健康	なし	
高橋 健太	男	2歳	健康	なし	
中村 由香	女	3歳	健康	なし	
小林 大輔	男	4歳	健康	なし	
渡辺 真由	女	3歳	健康	なし	
森田 拓也	男	2歳	健康	なし	



ほけんだより

第 432 号 令和 6 年 2 月 1 日 光明第二保育園

昨年度の冬に比べ、インフルエンザ、溶連菌等の感染症が流行していますが、子ども達は寒い中でもたくさん体を動かして外遊びをしています。冷たい外気に触れながら、子ども達の心も体も日々成長しています。寒さが続く日々ですが、感染症に気をつけてお過ごしください。



「脳」と「心」と「体」を育てる子どもの運動



体を動かした遊びが脳を発達させ、心を育む

幼児にとって体を動かす遊びなど、思い切りのびのび動くことは、何事にも意欲的に取り組む態度を養い、健やかな心の育ちも促す効果があります。

体を動かした遊びで脳が発達する理由は、脳の前頭葉の中には、運動に関わる「運動野」と、思考・感情・意欲に関わる「前頭前野」という部位があります。体を動かすことで運動野が活性化しますが、この時前頭葉全体の血流が増加し、前頭前野も活性化します。つまり体を動かした遊びや全身運動は、体の力だけでなく脳を発達させ、豊かな心を育むことにつながります。

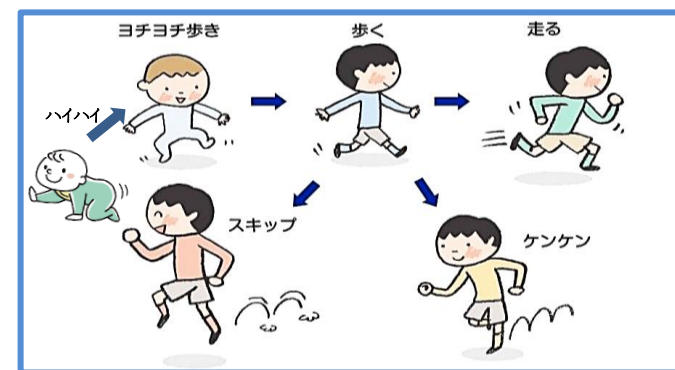


前頭前野

運動野

- 気持ちをコントロールする力
- 自分で考えて行動する力
- 我慢したり、頑張ったりする力
- 人と上手に関わる力

0～3 歳までのこの時期は、たくさんハイハイをして、立って、歩いて、走るという力（下肢の力）をしっかり身に付けさせたい時期です。



まずは散歩に出掛けよう

体の力を育てるために、特別なことや難しいことをする必要はありません。脚力が発達する3歳頃までは、あちこち歩き回り遊ぶことが、お子さんにとって適度な運動になっています。ぜひ戸外に出掛け、親子で散歩を楽しんでみてください。



登園許可依頼書・感染症確認依頼書について

感染症に罹患した場合、園のしおりに掲載している病気一覧を参照に登園基準をご確認ください。出席停止になる病気については、医師の記載が必要な登園許可依頼書、その他の病気に関しては保護者が記入する感染症確認依頼書をご準備ください。用紙はしおりに綴ってありますが、ホームページからダウンロードもできます。また園でもお渡しができます。感染症回復時には園に提出をお願いいたします。

