



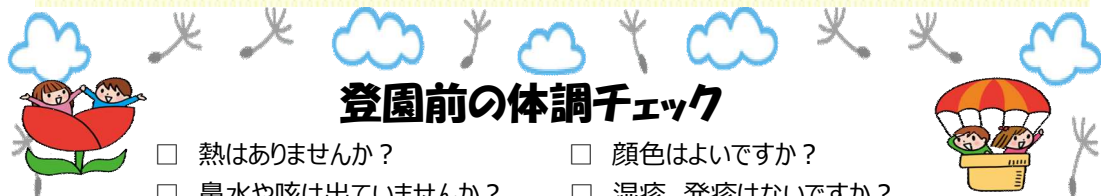
# 保健だより

平成 29 年 4 月号 (第 394 号)

発行  
那覇市こどもみらい課  
☎ 098-861-6903



ご入園、ご進級おめでとうございます！4月になり初めての保育所での生活や、新しいクラスでの生活が始まりました。子どもたちが健やかに元気いっぱい保育所生活を過ごすことができるよう、保健に関する情報を「保健だより」を通してお知らせしていきます。どうぞよろしくお願いいたします！

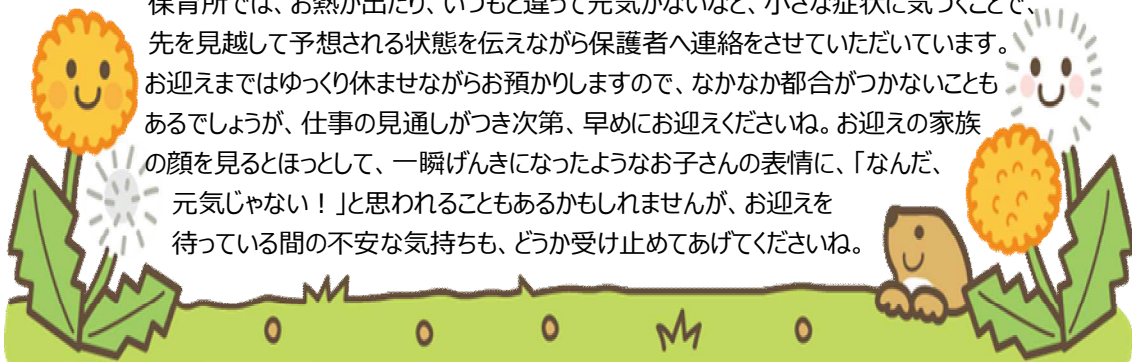


## 登園前の体調チェック

- 熱はありませんか？
- 鼻水や咳は出ていませんか？
- 食欲はありますか？
- 機嫌はよいですか？
- 顔色はよいですか？
- 湿疹、発疹はないですか？
- うんちは出ましたか？
- 「痛い」「疲れた」などの訴えはありませんか？

♪お子さんの様子で気になることがあったら、登園の際に職員にお伝えくださいね。

保育所では、お熱が出たり、いつもと違って元気がないなど、小さな症状に気づくことで、先を見越して予想される状態を伝えながら保護者へ連絡をさせていただいています。お迎えまではゆっくり休ませながらお預かりしますので、なかなか都合がつかないこともあるでしょうが、仕事の見通しがつき次第、早めにお迎えくださいね。お迎えの家族の顔を見るとほっとして、一瞬げんきになったようなお子さんの表情に、「なんだ、元気じゃない！」と思われることもあるかもしれませんが、お迎えを待っている間の不安な気持ちも、どうか受け止めてあげてくださいね。



## つめは 1 週間に 1 回、ご家庭で点検をしましょう！

つめが伸びていると、けがにつながる場合があります。例えば、お友達を引っ掻いてしまったり、物に引っかかって折れたり、えぐれたり・・・つめさえ切っていたらと思うことがあります。不要に痛い思いをする前に、週に一度は点検し、伸びていたら切ってあげましょう！



## 大切にしたい子どもの気持ち～心の葛藤・登園をいやがる～

子どもが登園をいやがる理由にはいろいろあります。新しい環境になれない場合や朝寝坊をして登園したために“イヤ”という場合、月齢的にお母さんを後追いする場合など、さまざまです。

たとえば、後追いしたり環境に慣れない子どもには、興味を引くような玩具や遊びを用意する工夫もできます。いやがるのが長引く場合は、まず朝の時間にゆとりがあるかどうか子どもの生活を見直してみます。前夜寝るのが遅くて、朝起きるのがつらいというときには、おとなだて仕事に行くのがいやなものです。まして、園に行く義務感をもたない子どもは、眠いのを起こされた不快な気持ちに正直です。園での楽しい時間を期待するより、活動するのは“イヤ”とからだ全体が訴えているのです。夜型の生活になってしまったときは、3～4日続けて早く起こし、夜は眠気を誘う静かな環境にすると生活リズムが変わってきます。

家庭の中で何かトラブルが続いたり、保護者の心身が不安定なときにも、敏感な子どもは保護者から離れようとしません。そのような場合は、日中の園生活でも不安そうな表情だったり、元気がなかったり、逆に乱暴な様子を示します。そのようなときには、保護者自身、誰かに話を聞いてもらったり、リラックスしたりする時間が必要です。

また、幼児期になると、友達や先生達との集団生活だからこそ生じる「心の葛藤」も登園をいやがる原因になることがあります。たとえば、期待いっぱいの4月や、楽しいはずの運動会、おゆうぎ会など行事の前に、沈んだ表情をしていたり、お腹が痛い訴えるなど、普段と違う様子がみられたら、さりげなく話を聴いてあげる時間が必要かもしれません。友達関係や園生活がよくわかってきて、晴れの舞台で上手に演じたい、お母さんや家族にほめてほしいという子どもなりの緊張や期待の裏側にある心の動きです。先への見通しや人との関係性などが理解できるようになり、幼児期の社会性が生まれてきたからこそ見られる大事な「心の葛藤」です。このようなときには、お母さんや先生など身近なおとなが、「学童期に向かって、こんなにも心の動きが豊かになってきているんだなあ」と子どもを丸ごと受け入れてやりながら、話を聴くことで、子どもの心の中をアウトプットする機会をさりげなく作ってみましょう。食事をしながら、お風呂に入りながら、散歩をしながらの何気ない対話が効果的です。このような「心の葛藤」は、毎日の園生活でも起きています。小さな葛藤や友達同士の小さなトラブルをたくさん経験することは、同時に、こどもなりに乗り越えた経験をたくさん蓄積することでもあります。

けんかや仲直りの経験、上手にやりたいと一生懸命に取り組んだり失敗する経験は、子ども達の心や関係性が豊かに育まれていく良い機会です。保護者や保育園の先生たちはこのような子どもの心の働きを、連絡を取り合いながら温かく見守っていきましょう。