



# ほけんだより



御殿場市保育幼稚園課

令和7年 5月号



## 正しい手洗いを身につけていきましょう

さまざまな感染症を予防するための基本的な対策は、手洗いです。手を洗う時には石けんを使い、ていねいに行うことが大切です。正しい手洗いを身につけていきましょう。

<p>① てのひら</p>  <p>てを ぬらしたら てのひらを あらうよ</p>	<p>② てのこう</p>  <p>ての こうを よくあらうよ</p>	<p>③ ゆびの あいだ</p>  <p>ゆびと ゆびの あいを あらうよ</p>	<p>④ ゆびさき</p>  <p>ゆびさきで ひっかく ように あらうよ</p>
<p>⑤ おやゆび</p>  <p>おやゆびを にぎって よくあらうよ</p>	<p>⑥ てくび</p>  <p>てくびを にぎって よく あらうよ</p>	<p>⑦ あらいながす</p>  <p>みずで あわを しっかり ながすよ</p>	<p>⑧ てをふく</p>  <p>せいけつな ハンカチで ふこうね</p>







※ 手洗いは、2歳くらいまでは大人が後ろに立って援助しながら洗います。3歳頃から細かいところまで洗えるようになっていき、5～6歳頃にはほとんど自分でできるようになりますが、最後まできちんとできるようにサポートしていきましょう。

## 《 定期的につめの確認をお願いします 》

つめが伸びていると、思わぬケガやトラブルとなってしまう場合があります。そのようなことが起きないように、定期的に爪の長さを確認してください。週末はつめ切りデーなどと決めておくのも良いのではないのでしょうか。



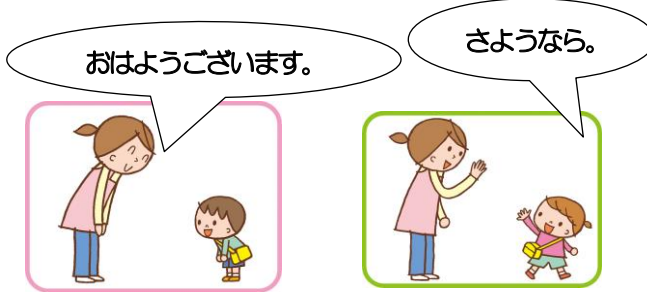
## ★ つめが伸びている時のトラブル ★

<p>かきこわして とびひになる</p> 	<p>ともだちにけがを させてしまう</p> 	<p>伸びている部分が 不衛生になる</p> 	<p>つめが 割れる</p> 
--	--	---	--

# ♡ 人とのかかわりの中で身につく言葉… ♡

子どもは、おとなの言葉をまねしたり遊びの中に取り込んだりして、言葉を使うようになります。毎日のさまざまな場面でのあいさつや言葉のやりとりを重ね、繰り返し言葉をかけていくことで自然とやりとりができるようになり、子どもたちは自分の気持ちを伝えようとしています。

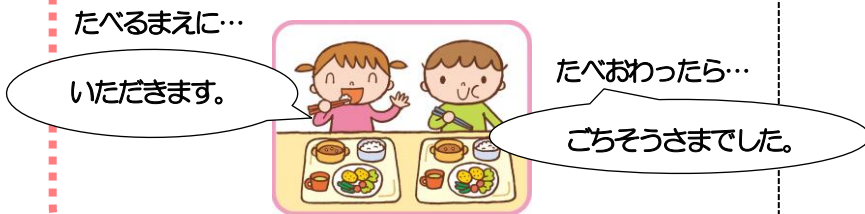
## ～ あさ・かえりのあいさつ ～



## ～ あそびのなかでのやりとり ～



## ～ 食事のあいさつ ～



## ～ ねるまえのあいさつ ～



～ご家庭でもあいさつをする習慣を身につけていきましょう～



## 疲れがたまってくる時期です…体調の変化に注意しましょう！

新しい環境にも少しずつ慣れてきた時期ですね。そんな時期には疲れがでてくることも多く、体調を崩すことも少なくありません。体調が優れない日の登園は控え、発熱や咳、鼻水など風邪症状がある場合には、早めの受診をお願いします。また、急に気温が上がった時には、こまめな水分補給をしていきましょう。

熱中症対策として  
こまめな水分補給を！

参考・引用文献：「ほけんニュース」少年写真新聞社

## 《 6月の乳幼児健診・相談 》 会場：保健センター(TEL82-1111)



	6か月児健診	1歳6か月児健診	2歳児健康相談	2歳6か月児フック物塗布と健康相談	3歳児健診
対象月に 生まれた子	18日(水) (R6.11月生)	3日(火) (R5.11/1 ～11/20生) 17日(火) (R5.11/21 ～12/10生)	13日(金) (R5.5月生)	27日(金) (R4.11月生)	11日(水) (R3.12月生) 25日(水) (R3.12月生)
受付時間	13:10～13:45		13:10～13:45		13:00～13:45

受診したら  
園にお知らせください



※ 体調不良の場合には、無理せず保健センターや主治医に相談をしてください。  
また、対象月に健康診査・健康相談を受けられない場合には保健センターへ連絡をお願いします。