

おひさまだより



2020.4.30
せんだの森

新年度が始まって1か月が経ちました。今年、新型コロナウイルスの感染予防拡大により家庭保育のご協力をお願いしなければならなくなるなど、いつもとは全く違った日常が続いています。健康について、命について・・・いつも以上に考えさせられる4月となりました。せんだの森でも子どもたちに伝える「元気に過ごすための方法」を保健指導で行っていききたいと思います。

4月のおさらい

手洗い名人になろう!

リズムよく手洗いしよう

手洗いは、いろいろな病気やばい菌から私たちを守ります。そこで、正しい手洗いをしっかり覚えましょう。リズムよく手洗いすることで、自然に身につけていきます。「自分で!」が大好きな1歳児なら、「あわあわブクブク、手指をしゅつしゅつ」と楽しみましょう。誰かの真似をしたがる2~3歳児には、大人が分かりやすく手本を見せながら、一緒に洗いましょう。上手にできると自信を持つ 4~5歳児は、隣で見守ってたくさん褒めてあげましょう。

てをあらおう

- ① てをぬらす
- ② せっけんでてのひらをあらう
- ③ てのこうをあらう
- ④ ゆびのあいだをあらう
- ⑤ ゆびさきをあらう
- ⑥ おやゆびとてくびをあらう
- ⑦ みずであらいながす
- ⑧ タオルでふく
- ⑨ きれいになったね!

4月の保健指導では、各クラスをまわり「手洗い名人になろう!」と手洗いの仕方についての話をしました。
ウイルス感染予防に最も効果的とも言われている手洗いを楽しく習慣化できるように取り組んでいきたいと思っています。



5月のほけん指導

「めざせ! 歯みがき名人!!」

♪ 歯磨きタイムを楽しくする方法♪

毎日、楽しく歯みがきできていますか?
子どもが自分からできるよう、歯みがきの時間を楽しむことができるように・・・歯磨き指導を行います。

5月の休日診療医療機関 (*一部抜粋)



3日(日)	坂本眼科小児科クリニック (大門町) 946-6656	小川内科胃腸科 (神辺町) 962-3883
4日(月)	こどもクリニックはぐくみ (駅家町) 970-1180	加藤医院 (新涯町) 953-2235
5日(火)	さいとう小児科 (宝町) 924-4150	神辺内科 (野上町) 925-2567
6日(水)	いぶき小児科 (城見町) 925-3482	松井内科 (駅家町) 976-0500
10日(日)	青景医院【内科/小児科】(津之郷町) 951-1069	小林医院 (水呑町) 956-1351
17日(日)	みつふじ小児科 (川口町) 953-0307	中川クリニック (西深津町) 923-3017
24日(日)	大日方小児科医院 (光南町) 923-0798	船町ふじおかクリニック (船町) 944-9005
31日(日)	日野内科・小児科クリニック (新涯町) 957-7222	児玉クリニック (南蔵王町) 943-5633

小児の休日・夜間の診療については、下記の場所で行っております。

福山夜間小児診療所 (年中無休)

場所/福山市医師会館隣り 三吉町南

TEL/084-922-4999

診療/19:00~23:00(受付は22:45まで)

早めの受診を心がけ、できるだけかかりつけの病院を受診しましょう。