

ほけんだより



梅雨の合間に、時折顔を見せるお日様が夏の訪れを感じさせてくれます。梅雨明けまであと少し。今年も暑い夏になり、梅雨明けと同時に暑さのピークもやってくる予想となっているそうです。この時期は、食欲や体力が落ちたり、暑さで睡眠が不十分になったりして、夏バテしやすく、免疫力の落ちやすい時期でもあります。生活リズムを整え、この夏を元気に乗り切りましょう。

7月7日は『七夕』。七夕が中国から日本に伝わったのは、奈良時代といわれています。江戸時代には、7月7日は「七夕（しちせき）の節句」と呼ばれ、五節句の一つに数えられていました。「七夕」という字を見ると、「しちせき」のほうがしっくりくるような気がします。なぜ、「しちせき」が「たなばた」と呼ばれるようになったのでしょうか。それは、現在の七夕に結び付く「棚機女（たなばたつめ）」が由来といわれています。

「棚機女」と呼ばれる若い女性が、水辺で神に供える着物を織って豊作を祈り、その織り機の名前が「棚機（たなばた）」と呼ばれていました。そのことから「棚機」が中国伝来の七夕と融合し、「七夕」の漢字に「たなばた」が当てられたといわれています。『七夕』は織姫と彦星が1年に一度会える日。織姫は、こと座の1等星『ベガ』、彦星は、わし座の1等星『アルタイル』です。天の川を挟んで2つの星が並んでいる様子をぜひ観察してみてください。



感染症情報

アデノウイルス感染症 3名



※アデノウイルス感染症は、主な呼吸器感染症（いわゆる風邪）の1つで、高熱とどの腫れ、咳が主な症状です。他にRSウイルス感染症やヒトメタニューモウイルス感染症等も同じ様な症状を呈します。アデノウイルスには多くの型があり、呼吸器感染症以外にも、咽頭結膜熱（プール熱）や流行性角結膜炎（はやり目）、胃腸炎等の原因となります。

手足口病 45名

※約1ヶ月間で乳児クラスの8割以上が罹患しました。手足口病の発病から4～8週間後に爪が剥がれてくる事があります。自然に治癒しますので、剥がれてきたら、無理に剥がさず、引っかかる部分のみカットし、絆創膏等で保護しておきましょう。

※園内では、手足口病の流行と共に、気管支炎様の症状を伴う原因不明の発熱が流行しました。また、現在、都内ではヘルパンギーナの流行警報が出されています。今後園内でヘルパンギーナが流行する可能性もありますので、体調に留意しましょう。

※5歳児クラスは、MRワクチンの追加接種の対象の年齢になります。就学前に忘れずに受けるようにしましょう。また、受け忘れていない物がないか見直しをお願いします。

知っておきたい お風呂の3つの効果

その1 温熱効果

38~40℃の少しぬるめのお湯につかると、副交感神経が働いてリラックスさせてくれます。



その2 浮力効果

水中の体は、約9分の1程度の重さになるので、体を支えている関節や筋肉の緊張がほぐれます。



その3 水圧効果

お風呂の中では、胸回りが3~6cm小さくなるほど、ぐっとお腹が押しされて呼吸が浅くなります。これを補おうとして心臓が勢いよく血液を送るので、全身の血行がよくなったりむくみをとってくれます。



3つの効果で体を癒すお風呂って…

すごい!

忘れないで 溺れるときは静かです!

「溺れる」と聞いて、どんな姿を想像しますか?



実際の姿は…



ほとんどの子どもは、自分の身に何が起きたかわからず、声も出さないそうです。

さらに気をつけたいのは、水深。わずか10cmの深さでも、鼻と口を覆う量の水があれば溺れてしまいます。

海やレジャー施設だけでなく、家庭用のプールやお風呂でも、危険はすぐそこにあります。



絶対に目を離さないでください!



★先日掲載しました懇談会資料に誤りがありました。お詫びし、訂正致します。

(誤) 令和元年度後期懇談会 ⇒ (正) 令和5年度前期懇談会

令和5年7月1日



目の基保育園