



令和3年6月  
しいの木保育園  
看護師 鈴木

雨の日が増え、外で思い切り遊べない日が増えてきました。天気や気温の変化の激しいこの時期には、熱中症の危険も高まります。水分補給や体調管理に注意して暑い夏へ向けての身体の準備をしていきましょう。



### 『乳幼児期の運動について』

「ナースー！転んじゃったー！」と教えてくれる子ども達。歩き始めの子ども～2歳くらいまでは、頭・顔をぶつけて傷を作ることが多く、3歳以上になるとだんだん膝や手に擦り傷を負うことが多くなります。身体の使い方が自然に身についてくると、転んだ時にとっさに手が出たり受け身が取れるようになります。

運動発達の獲得には個人差があります。沢山遊ぶ事で新しい身体の使い方を自然と獲得したり、動きのバリエーションを増やすことが可能になります。『運動神経』とよく言いますが、生まれもった才能ではなく、成長の中で育てていくものだそうです。

「転んだ時は手を着くんだよ」と教えても子どもは手を出すことはできません。遊びの中で自分で身につけたからだの動きが「いざ」というときものをいいます。自分で獲得した身体の動きは一生忘れないと言われていています。梅雨で外遊びが難しい季節ですが、大人は安全だけ見守り、口を出さず自由に思い切り遊ばせてみてはいかがでしょうか？整備されていないでこぼこ道や段差や障害物のある広場・・・など、子ども達は自ら工夫して身体を動かしていくことと思いますよ。



#### 歯科健診があります

6月23日(水) 13:30～歯科健診の日です。詳細は後日、お便りします。6月4日～は歯と口の健康習慣です。お子さんのはみがきを一緒にチェックしてみましょう！

#### 歯磨きを好きになるポイント

- ☆好きな歯ブラシを使う
- ☆やさしく見守る
- ☆仕上げみがきは痛くない

仕上げ磨きは小学校3年生くらいまで続けるのがベストです。



#### 犬・猫を飼っている方へ...

保育園ではアレルギーのお子さんもお預かりしています。その中には動物の毛などによるアレルギー反応を起こす子もいます。お手数ですが登園時に衣類や布団にコロコロをかけて毛の付着がないよう気に掛けて頂ければと思います。ご協力お願いいたします。