

# てつなぎ

保健だより

桜の景色から新緑へ季節が移り、初夏を思わせるような日差しの強い日が増えてきました。お子さんがすこやかに過ごせるよう、まずは毎朝同じ時間に起き、年齢ごとに必要な睡眠をとり、食事の時間を一定にし、生活リズムをつくるのが大切です。



## 全園児健康診断のおしらせ

5月17日(水) 9時30分～  
※予備日6月21日(水)9時30分～

園医の上野先生が全園児の健康診断をします。  
年に2回の健康診断です。お休みをせず受けられるよう調整をお願いいたします。  
健康診断だけを受けに登園することもできますので、ご相談ください。



## 予防接種を受けましょう



予防接種を受けると感染症の発症や重症化を予防することができます。また、予防接種を受けることで集団の中に感染患者が出ても流行を阻止することができる「集団免疫効果」が発揮されます。保育園は、たくさんのおともたちが過ごす集団生活の場です。予防接種はできるだけ受けていただくようおすすめしています。

### 集団接種 (BCG)

生後5ヶ月～8ヶ月に達するまでが接種時期の目安となります。  
集団接種の日程では生後1歳まで公費で受けることができます。



R5年度 BCG 集団接種日程 接種場所 (稲城市保健センター) 時間 (10時～11時)

4月17日(月)	6月5日(月)	7月24日(月)	9月4日(月)
10月16日(月)	12月4日(月)	6年1月22日(月)	6年3月4日(月)

### 個別接種 (公費)

ヒブ 肺炎球菌 四種混合 B型肝炎 ロタウイルス MR 水ぼうそう 日本脳炎  
同時接種も行われています。体調の良い時にかかりつけ医と相談して予防接種をすすめましょう。



## つめの切り方について



子どもが日常を過ごす中で、爪が伸びていることで思いもよらないケガにつながる  
こと、爪がはがれたりする場合があります。事前にお子さんの爪の状態を観察して、  
お手入れをすることで、お子さん自身の爪のトラブルも回避することができます。  
爪の切り方をご紹介します。

間違った爪の切り方は、三角切  
り、深爪、丸切りの3種類。手の  
爪も足の爪も同じです。特に深爪  
は、いろいろな爪トラブルの原因  
になるので注意しましょう。



まず、白い部分をほんの  
少し、1mm程度残すよ  
うに切ります。このと  
き、爪の丸みを意識せず  
角張った状態にします。



切った部  
分・角を  
やすりで削  
る。



爪を丸く切ると、爪の端  
が指先の皮膚に当たりや  
すくなります。爪のトラ  
ブルは皮膚と接着してい  
る面で起こりやすいので  
す。



0~2 歳くらいまでの子は爪が小  
さいので、赤ちゃん用の爪切りを  
使いましょう。深爪は、いろい  
ろな爪トラブルの原因になるので注  
意しましょう

資料参照：<https://www.nhk.or.jp/sukusuku/index.html>

### 4月の様子

今月は新入園児さんを迎え、また在園児さんは進級し、一つおにいさん、おねえさんになりました。感染症の流行もなく、比較的みんな元気に登園していました。これから疲れが出てくる時期でもあります。お家ではゆっくり休息してください。

作成者：小野田久美子)