

ほけんだより 5月

社会福祉法人 智雲山福祉会 こがね保育園 令和 2年 4月 30日発行



新型コロナウイルスを巡る状況が日に日に厳しさを増していく中で、新年度子ども達も慣れないうちから登園自粛となり、未だに保護者の皆様には御協力いただいているところ。いつ終息するか見通しのつかない今回の感染症、感染のリスクを下げるためにも不要不急の外出を控え、「三密」密閉・密集・密接を避けるようにしましょう。

幼児期に身につけたい「正しい靴の履き方・脱ぎ方」習慣 靴の選び方と履き方

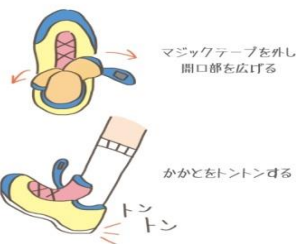
子どもの歩き方や足と靴について、気になる事はありませんか？子どもたちの足の健康をまもるため、靴の選び方や履き方について考えてみましょう。

幼児期は足が形成される大切な時期です。留め具のない（スリッポン）靴は避けて、必ずマジックベルトのついた靴にします。履き始めは片側ベルトの靴にします。脱ぎ履きに慣れてきたら折り返しベルトに移行するとよいでしょう。



よい靴ってどんな靴？

1. 底は適度に厚く、前3分の1くらいの所で曲がるもの
(0~1歳代) 足の安定を重視し、ぐらぐらしない靴底が安定したもの
(2歳以降) 足や足首が十分動かせるように、先端から1/3が楽に曲がり、靴底に適度なクッション性があるもの
2. 靴の先は横幅が広く丸みがあり、少しゆとりがあるもの
3. かかとがしっかりしているもの
4. マジックテープなどで足の甲にフィットできるもの
5. 通気性があり、洗濯のできるもの



マスクの正しい使い方

装着する時

- ① ゴムひもで固定し、鼻・口・あごを覆う
(特に鼻と口の両方を覆うことがポイント)
- ② 鼻の部分を押さえてフィットするよう調節する
- ③ すき間がないよう調整する



使用中

使用中はマスクになるべく触らないように・触った時は手を洗うようにする

外す時

- ① ゴムの部分を持ち、上の方に移動させる
- ② フィルター部分の表面に触らないように注意し、顔から外し、破棄する
- ③ すぐに手を洗う



咳エチケットにも気を付けましょう

感染症を広げないために、咳エチケットも身につけましょう。マスクをつけず咳やくしゃみをするとうイルスが外に飛び出すため、そばにいる人に感染させてしまう可能性があります。また、咳やくしゃみを手で覆ってしまうと・・・手の平にウイルスや細菌がつきます。手を洗わずにその手で、色々なところに触れてしまうと、そこに菌を付着させ、それを触った他の人に感染させてしまう可能性があります。



号外に布マスクの洗い方を記載していますので、是非どちらの方も参考にされてください。

お知らせ

尿検査

日付: 5月13日(水)配布

5月14日(木)提出 (当日の朝一番の尿を採取して下さい)

歯科検診

先月はコロナ対策の自粛等の為、実施することができませんでした。今月も予定をたてましたので当日はできるだけお休みがないようお願いいたします。また再度変更がある場合はお知らせ致します。

◆ 歯科検診 日時: 5月20日(水)AM9:15~

球磨川歯科医院にて予定しております。